

**DUE DATE SLIP****GOVT. COLLEGE, LIBRARY****KOTA (Raj.)**

Students can retain library books only for two weeks at the most

BORROWER'S No.	DUE DATE	SIGNATURE

# ग्रामोत्थान के मार्ग

जिस में

मध्यप्रांतीय गवर्नर महोदय

हिज् एक्सिलेन्सी सर हाइड क्लेरेन्डन गवन

बी. ए. (ऑक्शन), के. सी. एस. आइ., सी. आइ. इं.,

बी. डी., आइ सी. एस., जे. पी.

के दो शब्द सम्मिलित हैं।

---

लेखक—

राय साहिब हिरालाल कर्मा,

(बी. ए., एम, बी, इं.)

सी० पी० सिविल सर्विस,

धनतोली, नागपुर.

---

मुद्रक: नारायणदास डांगरा,

मास्वाटो प्रेस, नागपुर.

---

मूल्य २)

## दो शब्द।

ग्रामोत्थान विषयक सर्व साधारण प्रचार द्वारा ग्राम जीवन की स्थितियों में सुधार करने की कहांतक संभावना है इस बात का महत्त्व लोगों को अभी कुछ ही सालों से समझ में आने लगा है। मध्यप्रांत सरकार ने ग्राम-सुधार का कार्य सात साल पहिले जुशंगाबाद जिले के पिपरिया नामक ग्राम के नजदीक एक चुने हुए केंद्र में संगठित रूप से शुरू किया। कुल कर्मचारी, जैसे एक एग्रीकल्चरल असिस्टेंट, एक वेटेनरी असिस्टेंट, एक डाक्टर तथा एक कोऑपरेटिव आडिटर, इस काम को करने के लिये खास तौर पर मुक़रर किये गए; और इस प्रयोग से जो अभीतक अनुभव मिला है, उसके आधार पर अब ग्रामसुधार के कार्य की सामान्य रूपरेखा का दिग्वर्तन किया जा सकता है।

ग्रामसुधार संबंधी सारे प्रचार का असल तत्त्व यह है कि ग्रामीण जनता में जो अज्ञानता उसकी आर्थिक तथा शारीरिक भलाई के बारे में फैली हुई है वह दूर की जावे। थोड़े परिश्रम तथा चेतन्यता से देहाती अपने पशुधन व खेत की उपज में उन्नति कर सकता है। उसी तरह अपनी पैदावार के विक्री विषयक कुछ ज्ञान होने से उसे पैदावार के अन्तिम मोल का एक बड़ा भाग मिल सकता है जिसका अधिकांश अभी मध्यस्थ लोग खा जाते हैं। कुछ सहायक उद्योग करके वह अपनी आमदनी भी बहुत कुछ बढ़ा सकता है, और स्वास्थ्य संबंधी कुछ सरल नियमों के पालन करने से वह बहुतेरी संक्रामक बीमारियों के पंजों से छुटकारा पा सकता है।

इस प्रकार की ग्राम-सुधार प्रचार संबंधी बातों पर विशेष ध्यान दिया जा चुका है और उनके अनुभवों को एकत्रित कर उन्हें एक किताब के रूप में लाना 'मचेमुचे' भूल्यवान कार्य है। इस प्रांत की ग्रामीण आर्थिक स्थिति का गहन ज्ञान जो राम साहेब हीरालाल वर्मा ने बहैसियत जिला-धीश व सेक्रेटरियट में रहकर संपादन किया है, उसने उन्हें अपने इस कार्य के लिये पूर्णतः योग्य बनाया है। मुझे आशा है कि ग्रामोद्धार के क्षेत्र में समय-कार्यकर्ताओं को उनकी यह पुस्तक उपयुक्त प्रतीत होगी।

*K. J. S. S.*

( इलाहाबाद, इलाहाबाद गवर्नर, गवर्नर महोदय,  
मध्यप्रदेश और, वाराणसी )

## “ प्रस्तावना ”



पिछली मर्दुमशुमारी के नक्राशों के देखने से मालूम होता है कि हिंदुस्थान में हर दसहजार की संख्या में आधे से कुछ अधिक जाने ५६०९ मनुष्य काम न करनेवाले आश्रित जन हैं; और चाकी ४३९१ कमाउओं में से २९२३ खेती और पशुपालन में, ७३१ पदार्थों के बनाने में और शेष ललित कलाओं में, सार्वजनिक शासन में, घरेलू कार्यों में, अथवा दूसरे विविध धंधों में लगे हुए हैं। यह देखते हुए कि जिन लोगों का रोजगार टूट खेती नहीं है वे भी अपनी जीविका के लिये किसानों के साथ किसी न किसी रूप से व्यवहार करते हैं, स्पष्ट होता है कि इस देश के रहवासी कृषि उद्योग पर बहुतांश अवलम्बित हैं।

पुराने जमाने में जब कि आबादी उतनी घनी न थी जितनी कि अब है, मोटी रीतियों से की हुई खेती से भी स्थानीय जरूरतों के लायक काफी राझा पैदा हो जाता था। हर एक गांव प्रायः स्व-संपन्न होता था, अर्थात् उसे बाहर से बहुतसी चीजों के खरीदने की जरूरत नहीं होती थी; बल्कि जितना कोई गांव आम सड़क या शहर से दूर होता था उतनाही अधिक वह खुद मुख्तार होता था। पहिले तो देहातियों की जरूरतें ही थोड़ी होती थीं और वे अपनी जीवनकला से संतुष्ट रहते थे। खाने पीने के लिये काफी भोजन और तन ढांकने के लिये मोटा कपड़ा मिल जाना आनंद-दायक होता था; परंतु शहरों और बाहरी मुल्कों के संसर्ग से और कालचक्र के फेर से उन लोगों के रहन-सहन व विचारों में क्रम पड़

गया और साथ ही साथ जन संख्या बढ़ने से ज़मीन पर बोझ धीरे धीरे बढ़ने लगा। बहुत काल तक तो नई मांग पूरी करने के लिये नई ज़मीनें जोती जाने लगीं, लेकिन जब क्रायिल कारत ज़मीनें सब उठ गईं तो यह फ़िक्र हुई कि ज़मीनों की उपज बढ़ाने के लिये नई नई पीकें बोई जावें और खेती करने के तरीके भी सुधारे जावें। तज़ुर्बा करते करते कुछ समय के बाद खेती के कुछ तरीक़े स्थायी हो गये और वही तरीक़े अब बहुत काल से प्रचलित हैं। इनमें से बहुत से तो आजकल की व्यवस्था को देखते हुए भी लाभकारी प्रतीत होते हैं और उनमें उचित सुधार करना खेती के विशेषज्ञों को भी कठिन मालूम पड़ता है। परंतु बहुतसी बातें ऐसी हैं जिनमें नई रीतियों के उपयोग की आवश्यकता है और किसानों की आर्थिक दशाके सुधार के लिये उनके प्रचार की ज़रूरत है, क्योंकि खेती की उपज यदि कम नहीं, तो स्थिर अवश्य हो गई है, और किसानों के छवें अधिक बढ़ गये और दिनोदिन विस्तृत होते जाते हैं। परिणाम यह है कि ज्यादातर किसान अपने जमाखर्च का तराजू सीधा नहीं रख सकते और बहुतसे बेचारे तो ऋण के बोझ से सिर ऊपर नहीं उठा सकते; फिर भी कुछ लोगों का मत ऐसा है कि किसानों के रहन सहन में उन्नति होने के कारण उनका जीवन पहले से अब ज्यादा सुसमय है। इस विषय पर मतभेद भले ही हो, परंतु यह बात अकाट्य है कि पिछले कई सालों से लगातार कसलें किसी न किसी कारण खराब हो जाती हैं और उनका भाव भी ठीक नहीं आता जिस से किसान अपने ऋजों की अदाई नहीं कर सकते और उन के ऋण की सीमा अब विकलता के स्थान तक पहुंच गई है। इस में संदेह नहीं कि प्रांतीय सरकार जहांतक धन सकता है उनको मदद पहुंचाने की बरी पूरी कोशिश

कर रही है, याने क्रायदों के अनुसार लगान व तौजी में मुलतबी व भाफी करती है, खुले हाथों से तकावी बांटती है, ऋण समझौता बोर्ड और लेंड मार्गेज बैंक खोलकर और दूसरे विविध सुधारक उपाय अमल में लाकर उनकी तकलीफों को मिटाने का प्रयत्न करती है। परंतु इन से जो मदद पहुंचती है वह परिमित होने के कारण जैसा चाहिये वैसा सहारा नहीं पहुंचा सकती। औसत दर्जे के किसानों की कठिनाइयां इतनी बढ़ गई हैं कि उन से पार पाने के लिये खास उपायों के उपयोग की आवश्यकता है, क्योंकि उनके सिर्फ ऋण ही का योग्य इल्का करने से उनका उद्धार नहीं हो सकता, बल्कि उनकी आमदनी में वृद्धि व खर्च में कमी करने की बहुत जरूरत है। सच पूछो तो उम्मे उन सब प्रकार के मददों की जरूरत है जो सरकार दे सके, जो विज्ञान से भिल सकती हों, या जो संगठन, शिक्षा तथा ट्रेनिंग से, उन्हें पहुंचाई जा सकें। किसानों की बेहतरी के संबंध में सरकार का सिद्धांत तो सदैव यही रहा है कि हिंदुस्थान सरीखे कृषि प्रधान देश की उन्नति उसकी देहाती जनता की शान्ति और संतोष पर निर्भर है। भारत के बाइसराय लार्ड इर्विन ने अपने शासनकाल के एक भाषण में फरमाया था कि भारतीय किसान वह नींव है जिस पर भारतवर्ष की सारी आर्थिक उन्नति स्थित है और जिसपर यहां के सामाजिक और राजनैतिक भविष्य की इमारत बनानी चाहिये। उनका तो यहां तक कहना था कि कोई भी सरकारी प्रबंध प्रशंसा के योग्य नहीं समझा जावेगा यदि उसने देशतियों के रहन सहन में तरकी करने का पूरा लक्ष्य न रखा हो या उसने उनको भारतवर्ष के भविष्य शासन में उचित भाग लेने के लिये तैयार न किया हो। सन १९२६ में भूतपूर्व सम्राट ने यहां की

देहाती हालत की जांच करने व ग्रामीण जनता की उन्नति और मलाई के लिये युक्ति बतलाने के हेतु एक रायल कमीशन नियत किया था। उस कमीशन ने सारे हिंदुस्थान में भ्रमण कर देहाती स्थिति की घापीकी से तहकीकात की और कई बड़े महत्त्व की तजर्वाजे बताईं, जिन में से बहुतांश को सरकार ने स्वीकार कर ली हैं, और जिनके अनुसार अब जरूरी कार्रवाई हो रही है। मध्य प्रदेश में हिन्ध एक्सेलेन्सी सर हाइड गवर्न गवर्नर महोदय ने २० दिसम्बर सन् १९३८ को धमतरी के मिशन स्कूल का उद्घाटन करते समय कहा था कि ३२ वर्ष की नौकरी के अनुभव ने उन्हें विश्वास दिलाया है कि ग्रामीण सुधार इस देश के उन्नति का एक प्रधान अंग है जो कि जन समुदाय के हित में शासन विधान में परिवर्तन कराने के आंदोलन से कहीं अधिक महत्त्व रखता है। उन्होंने बतलाया कि कई साल पहिले एक जिले में बंदोबस्त करते समय उन्होंने किसानों के बीच में रहकर उनके शोक और आनंद को, उन के भगड़ों को, साहूकार और भालगुजारों के बर्ताव को, उनके ऋण में पड़ जाने के तरीकों को और उस ऋण के राई से पर्यंत हो जाने के दृश्य को अच्छी तरह से देखा व सुना। उनका तजुर्वा यह है कि किसानों की विपत्तियों में जो उन्हें भेलना पड़ती हैं, सब में कठिन अज्ञानता है और यह अज्ञानता इस तरह बिरतृत है कि उन्हें विज्ञान का समझना ही कठिन नहीं है बल्कि उन्हें यह भी नहीं मालूम कि उन के हकूक क्या हैं, जिन दस्तावेज पर उनके दम्नरात लिये जाते हैं उसका मजमून क्या है और उनके कर्ज में इतनी बाढ़ क्यों उठती है कि जिसके भीतर वे डूब मरते हैं। इस अज्ञानता के निवारण के वास्ते संतोष की बात सिर्फ यह है कि अब ऐसे चिन्ह दिखाई देने लगे हैं कि लोग ग्रामीण पुर्ननिर्माण की समस्या

की ओर ध्यान देने लगे हैं, जिससे आशा की जाती है कि अनेक  
 वाले नये विधान में लोग अधिक अपनी शक्तियाँ देशतः की तरफ  
 झुकावेंगे, क्योंकि प्रांत का मन्त्रा सुख ग्रामीणों के समृद्धि और  
 संतोष ही पर निर्भर है। उसी विषय पर लिखते हुए मि० एफ.  
 एल. ब्रेन, जो ग्रामोत्थान के लिये अपने जीवन के कई वर्ष अर्पण  
 कर चुके हैं, अपनी पुस्तक “ विलेज डाइनेमो ” में लिखते हैं कि  
 देहाती के पुनर्निर्माण में सब से मुख्य प्रश्न गांववालों की अनभि-  
 ज्ञता और उदासीनता को दूर करना है। कृषि विषयक रायल  
 कमीशनने भी अपनी रिपोर्ट में साफ लिखा है कि यद्यपि उनकी  
 भिकारिशा की हुई तजवीजों से कृषि उत्पादन के सारे क्षेत्र में  
 अधिक क्षमता हासिल होने की उम्मीद की जा सकती है, तथापि  
 कोई पक्की तरीकी यथार्थ में नहीं होगी जबतक कि किसानों में  
 खुद ऊंची रहन सहन हासिल करने का हौसला न हो जाय और  
 उनकी मानसिक शक्ति इतनी प्रबल न हो जाय कि वे जो सुअव-  
 सर उनके सामने आवे उनका फायदा खुद उठा सकें। सरल कि  
 इस विषय पर प्रमाणिकता के साथ कथन कर सकनेवाले सब महा-  
 शयों ने इस बात पर जोर दिया है कि ग्रामीणों की परिस्थिति  
 सुधारने के साथ साथ उनको नैतिक शिक्षिलता की नींद से  
 जगाकर उनकी मानसिक दशा में भी परिवर्तन करना चाहिये  
 और उनकी शक्ति इतनी बढ़ाना चाहिये कि वे समझ सकें कि कौन  
 बात उन के असली हितकी है और उसके हासिल करने का सुगम तरीका  
 कौनसा है। इसके हेतु हर एक प्रांत में सरकारने किसानों के वर्गों की  
 तालीम के लिये शालाओं का प्रबंध किया है और उनके  
 सामान्य उद्धार के लिये खेती की सुधरी हुई विधियों का  
 प्रचार किया जा रहा है। परंतु अभाग्यवश सरकार के पास

इतने कर्मचारी नहीं हैं कि वह ग्रामोत्थान के कामों को देशभर में हरठिकानों पर जारी कर सके । जबतक गैर सरकारी कार्यकर्ताओं का गुट सरकार की फार्वाई में मदद देने के लिये अथवा खुद सब काम करने के लिये आगे नहीं बढ़ेगा, तबतक देहाती उन्नति धीमी ही रहेगी । जरूरत इस बात की है कि गैरसरकारी कार्यकर्ता गांवों में जाकर किसानों को बेहतर तरीके से जिन्दगी बसर करना सिखलावें और समझावें कि किन मार्गों पर चलने से उनके भाग्य का सुधार हो सकता है, व किस तरीके से वे विपत्तियों से बच सकते हैं । उन्हें यह भी धतलाया जावे कि वैज्ञानिक स्लेटी के मापने क्या हैं और वे अपने छोटेसे कारोबार के अंदर अपनी पूंजी का सदुपयोग करते हुए अपनी परिस्थिति के क्रायू में न रहकर थोड़े ही काल में उसके स्वामी कैसे बन सकते हैं । परंतु कठिनाई यह है कि इन गैरसरकारी कार्यकर्ताओं को अपने इस उपदेशक कार्य में सहायता देने के लिये कोई पुस्तक सुप्राप्य नहीं है, और यह भी स्पष्ट है कि दूसरों को सिखाने के पहिले उन्हें खुद खूब ज्ञानवान होना चाहिये । इस में शक नहीं कि सामान्य ग्रामोत्थान, कृषिविद्या, गोपरिपालन, सामाजिक स्वास्थ्य रक्षा, सहयोग, इत्यादि पर बहुतसी पुस्तकें लिखी जा चुकी हैं, परंतु यह उम्मीद करना ज्यादाती है कि गैरसरकारी कार्यकर्ता के पास इन विषयों के साहित्यको पढ़कर उसमें से स्थानीय आवश्यकताओं को पूरा करने का मसाला निकाल लेने के लिये समय व रुचि होगी । प्रस्तुत पुस्तक में सब जरूरी ज्ञान को एकत्रित करके सुपाठ्य व मुचाह रूप से पेश करने का प्रयत्न किया गया है । वास्तव में यह पुस्तक सरकार द्वारा प्रकाशित प्रामाणिक-

पुस्तकों, पुस्तिकाओं, और परचों में से चुने हुए सार भागों का संकलन है, इस लिये हर श्रेणी के कार्यकर्ता इस पुस्तक को इस्तेमाल करते समय इस बात का पूरा इतिमनान रख सकते हैं कि इसमें प्रकट किया हुआ हरकण्ड विचार किसी न किसी सर्वमान्य प्रमाण पर आधारित है। इस पुस्तक की सामग्री इकट्ठा कराने के लिये मुझे काफी बृहत साहित्य पढ़ना पड़ा जिसके लेखकों को मैं अपना हार्दिक धन्यवाद प्रकट करता हूँ। मेरा पहिले इरादा था कि इस पुस्तक के कुछ परिच्छेदों को, अलग अलग पेम्फ्लेटों या परचों की माला के रूप में प्रकाशित करें, लेकिन जब मैंने इस पुस्तक की हस्तलिखित प्रति मि० जे. एच. रिची, बी. ए., बी. एस. सी. मध्यप्रांत के श्रुति विभाग के डायरेक्टर साहिब को दिखलाई तो उन्होंने उस पर निम्नलिखित राय दी:—

मैंने इस पुस्तक को बहुत सावधानता से पढ़ा और इसके विस्तृत क्षेत्र को देखकर मुझे बहुत प्रभावित होना पड़ता है। लेकिन मैं नहीं समझता कि इस विषय को पेम्फ्लेट के रूप में निकालने से जनता को कोई अधिक लाभ होगा, क्योंकि पेम्फ्लेट बहुत सूक्ष्म और संक्षिप्त होते हैं और भिन्न भिन्न परिच्छेदों के मजमून को संक्षेप में बिना उनके रूप बदले लिखना बहुत कठिन होगा। तिसपर भी मैं आपको आमहपूर्वक सलाह देता हूँ कि आप इस पुस्तक को प्रकाशित करें और मुझे पूर्ण विश्वास है कि इसकी मांग बहुत होगी। यदि इसके पूर्ण होने पर आप यह चाहें कि मैं इसको एक बार देख जाऊँ, यह जांचने के लिये कि इसमें कोई बात अपने अनुभव के विरुद्ध तो नहीं है, तो मैं आपको यकीन दिलाता हूँ कि मुझे ऐसा करने में बड़ी खुशी होगी।

कृषि व्यवसाय पर लिखी हुई पुस्तकों का भारतवर्ष में बहुत अभाव है और इस कारण से आप सरीखी पुस्तकों की बहुत आवश्यकता है। इसलिये मैं अवश्य ही इस पुस्तक का स्वागत करता हूँ, क्योंकि इससे कृषि विभाग को ग्रामों की आर्थिक उन्नति तथा उनमें पुनर्जीवन संचार करने के कार्य में बहुत सहायता मिलेगी।

इस संग्रह ने मि० जी. एच. भालजा, बी. ए., आई. सी. एस. मध्यप्रांत के उद्योग विभाग के डाइरेक्टर के ध्यान को भी आकर्षित किया। आप मध्यप्रांत के ग्रामोत्थान बोर्ड के सेक्रेटरी भी थे। उनके आदेशानुसार इस पुस्तक का दोम विस्तृत कर दिया गया जिससे कि जहाँ तक संभव हो यह संग्रह मध्यप्रांत के बोर्ड के द्वारा निरिचित किये हुए उस कार्यक्रम से मिलता जुलता हो जाय जो कि बोर्ड ने ग्रामोत्थान के कार्यकर्ताओं को मार्ग दिखाने के हेतु बनाया है। यह पुस्तक पांच भागों में विभाजित की गई है, अर्थात् कृषिविज्ञा, गोपरिपालन, सामाजिक स्वास्थ्यरक्षा, कृषि सम्बंधी अर्थव्यवस्था और घरेलू उद्योग और सामान्य विभाग। हर विभाग के पहले अध्याय में कार्यकर्ताओं के निर्देश के लिये कुछ सूचनाएँ दी गई हैं और आगे के अध्यायों में उन सूचनाओं को कार्य संपन्न करने की विधि बतलाई गई है।

आशा है कि उत्थान कार्यकर्ता गण इस पुस्तकको उपयोगी पावेंगे और ग्रामीणों की उस अनभिज्ञता को दूर करने का हार्दिक प्रयत्न करेंगे जिसपर मध्यप्रदेशके गवर्नर महोदय, हिन्द एक्स्प्लेन्सी सर हाइड गवन, ने उपर-कहे हुए धमती के भाषण में इतना जोर दिया है। परंतु उत्थानकार्य हाथ में लेते समय कार्यकर्ताओं को पंजाब में हासिल किए हुए नजुर्वे में फायदा उठाना चाहिये।

उस प्रांत में अमलमें लाई जानेवाली कुछ योजनायें शुरू शुरू में सफल नहीं हुईं क्योंकि सुधारका भार कार्यक्रम और जामद, यद्यपि अविरোধी, प्रामीणों के निर पर करीब करीब जबरदस्ती से लादा गया था और उस कार्यक्रम की तकसील पर पहिले से सौर नहीं किया गया था। अपनी तकलीफों का मुकाबला करने के लिये किसानों को बगैर उनकी रजामंदी के हथियार सौंपे गये जिनका उपयोग करने की उनमें न तो रुचि थी न शक्ति, नतीजा यह हुआ कि ज्योंही सरकारी दबाव ढीला पड़ा वे हथियार उनकी पीठ पर से खिमल पड़े और भारी मेहनत निष्फल हुई। यहां किये हुये प्रयोगों से जो सबक मिला वह यह है, कि प्रामीण पुनर्निर्माण के क्षेत्र में किसी भी उपाय या सुधार को मुम्तकिन तौर पर अपनाये जाने के लिये सिर्फ एक ही रास्ता है, और वह यह है कि लोगों को इतना समझाया जाय कि वे मानने लगे कि यह उपाय या सुधार सचमुच में उनके फायदे का है नाकि वे खुद उसे अमल में लाने के लिये तत्पर व करिबद्व हो जायें।

इसलिये उन द्वैतपी कार्यकर्ताओं को जो प्रामीण पुनर्निर्माण के सत्कार्य का बीड़ा उठाना चाहें नीचे दी हुई सूचनाओं को ध्यान में रखना चाहिये:—

( १ ) कोई भी नये तरीके को सिकारिश करने के पहिले खुद इतिमान कर लो कि वह सचमुच में उपयोगी और करने योग्य है या नहीं।

( २ ) किसी भी काम में टिकाऊ सुधार होना और मुम्किन है जबतक कि उसको दीर्घ काल तक धरावर अमल में लाये जाने और दबाव डालने को मुम्किन संस्था क्रायम न की जावे।

( ३ ) सुधार कराने में अनुचित दबाव नहीं डालना चाहिये बल्कि धारवार समझकर उसका यथोचित ज्ञान करा देना चाहिये।

( ४ ) जिन सुधारों का प्रयत्न किया जाय वे मुकम्मिल होना चाहिये और उन के उद्देश को पूरा करने के लिये जितनी संस्थाएँ हो वे परस्पर मेल व सहयोग से काम करें।

## विषय-सूची.

### भाग- पहिला:— कृषि —

परिच्छेद—	पृष्ठ
” १. ग्रामीणों को शिक्षित बनाने की आवश्यकता	१
” २ जुताई	५
” ३ खाद	१०
” ४ फसलों की बदल बदल	२१
” ५ बीजका चुनना	२४
” ६ योनी	२७
” ७ पौधों की रेस देख या दिखावत	३४
” ८ सिंचाई	४५
” ९ साग भाजी की खेती	४७
” १० फलों की फारत	५१
” ११ अमराई-कुंज इत्यादि की पैदावारी	६२
” १२ पैदावार या उपजकी क्षयत	६५

### भाग- दूसरा:— पशुपालन—

” १३ साधारण सूचना	६८
” १४ उत्तम सांडका चुनाव	७३
” १५ सरकारी सांडों के मिलने के कायदे	७६
” १६ गोरुओं की समुचित खिलानाई	७९
” १७ बवेशियों की दिखावत	८५
” १८ संक्रामक बीमारियाँ	८८
” १९ पशुओं के संक्रामक रोगों को रोकने के उपाय	९६
” २० कुछ दवाइयाँ	९९

परिच्छेद	पृष्ठ
” २१ दूध का व्यवसाय	... १०६
” २२ मुर्गियों का व्यवसाय	... ११०
भाग तीसरा:— सार्वजनिक स्वास्थ्य	
” २३ सार्वजनिक स्वास्थ्य का महत्त्व	... ११४
” २४ स्वास्थ्य के सरल नियम	.... १२१
” २५ धीमारियों के कारण	.... १२६
” २६ ज्वर रोग	.... १२८
” २७ सेरिफो स्पाइनल मेनिन जायटिस	.... १३१
” २८ मीजिस्ट्रस याने मोदरी माता	... १३३
” २९ चेषक ( बड़ी माता )	... १३७
” ३० डिप्थेरिया ( घट सरप )	... १४०
” ३१ इन्फ्लुएंजा याने सर्दीवाला बुखार	.... १४४
” ३२ हैजा	... १४७
” ३३ आंव रक्त	.... १५४
” ३४ महामारी ( प्लेग )	.... १५५
” ३५ मलेरिया बुखार ( मौसमी ज्वर )	... १५८
” ३६ रिलेप्सिंग बुखार	... १६०
” ३७ टिटेनस याने लाफजा या धनुर्वात	... १६२
” ३८ आंखों का आन्त	.... १६४
” ३९ रोग लगने के दूसरे जरिये	.... १६५
” ४० हाईड्रोकोबिया—याने पागल कुत्ते आदि के काटने से पैदा हुई बीमारी	.... १६६
” ४१ सर्प दंश	.... १७१
” ४२ संयोग जनित धीमारियां	.... १७४
” ४३ बचपन में बच्चों की मृत्यु	.... १७७
” ४४ प्रसव पीड़ा ( ज्वर )	.... १७८
” ४५ बच्चों की डिफाज्वर	.... १८८
” ४६ स्वच्छता और स्वास्थ्य के नियम	.... १८९
” ४७ आकस्मिक आपत्तियां और मुक्त सहाय	१९४

परिच्छेद

४८	चन्द घरेलू दवाईयां	१२०	पृष्ठ
४९	गावों में रोगियों की सुधूपा की योजना	१२१	२१४

भाग चौथा — अर्थ-व्यवस्था और उद्योग

५०	दिग्दर्शन	१२२	२२२
५१	खेती की व्यवस्था	१२३	२२४
५२	तकावी	१२४	२०८
५३	सहयोग	१२५	२३४
५४	देशी-दस्तकारी और धंधे	१२६	२३८
५५	कपड़े रंगना और छापना	१२७	२४२
५६	दरी और कालीन बुनना	१२८	२४३
५७	निबाड और रस्सी बनाना	१२९	२४४
५८	माल पकाना और बिमड़े की धड़ियाँ बनाना	१३०	२४५
५९	मिट्टी के बर्तन बनाना	१३१	२४७
६०	सायुन बनाना	१३२	२४९
६१	अचार और मुरब्बा	१३३	२५२
६२	पापड़	१३४	२५७
६३	सिरका	१३५	२५९

भाग पाँचवाँ — विविध विषय

६४	तरकी के सब जरियाँ जो काम में लाओ	२६०
६५	ग्राम शाला	२७२
६६	अनिवार्य या-वाल शिक्षा	२७६
६७	लैंगिक शिक्षा	२७८
६८	गांधी की रेड्डी क्रमेदी	२८२
६९	माप तौल	२८४
७०	विविध नुस्खे	२८७
७१	परहेज गारी	२९१
७२	गावों में जान-माल की हिराबत	२९४
७३	अर्थ-की (इन्फ्लेमेटोरी)	३०१

# भाग-फहिला

## कृषि

### परिच्छेद १

“ग्रामीण जनता को शिक्षित करने की आवश्यकता”

जिन महात्तुभावों ने हिन्दुस्थान के किसानों की बुरी हालत पर विचार किया है, उनकी राय है कि किसानों की निर्धनता के कई कारणों में से एक कारण यह है कि उनकी खेती की उपज बहुत कम होती जाती है। एक तो बहुत काल से ज़मीन बराबर जोती जा रही है और दूसरे खेती के तरीके भी आजकल की स्थिति के अनुसार नहीं हैं। इसमें शक नहीं कि यदि उनकी खेती की तुलना परिचामी देशों में की जाय, तो मालूम होगा कि इस देश के खेती के धंधे में बहुत सुधार की ज़रूरत है, जैसा कि मध्यप्रांत के कृषि-विभाग के भूतपूर्व डायरेक्टर डॉ० क्राउसटन ने कहा है:—

“चाहे जिस माध्यम से जांच की जाय; याने चाहे यहाँ और वहाँ के किसानों के खेतों के क्षेत्रफल व हज़र का मुकाबला किया जाय, चाहे उनके खेती के औज़ार अथवा खाद देने के तरीके देखे जायें, चाहे फसलों के अदल बदल, बोने की रीति, चाहे बीजों का चुनाव, चाहे सिचाई के तरीके, चाहे ज़मीन की उन्नति करने के उपाय, चाहे पैदावार के बाज़ार में बेचने की सुविधायें तथा बेचनेवालों के संघठन, चाहे पशु पालने की विधि या अन्य देशी दस्तकारियां व रोज़गार इत्यादि की तुलना की जाय, तो विदित होगा

कि हमारे देश की गेती की व्यवस्था बहुत ही पिछड़ी और गिरी दशा में है।”

सम्भव है कि कोई मज्जन इस तुलना को पूरी तौर पर मानने के लिये तैयार न हों; परंतु यह बात अकाट्य है कि नई नई मशीनों व म्वादों के उपयोग से, व खेती को कीड़े मकोड़ों से, बचाने के साधनों से, व दूसरे नये तरीकों के इस्तेमाल से दूसरे मुल्कों में गेती की उपज बहुत बढ़ाई जा चुकी है, और कोई कारण नहीं है कि यदि उसी प्रकार के साधन इस देश में भी उपयोग में लाये जायें, तो यहाँ की खेती न सुधरे।

“यहाँ का एक साधारण किसान भी अपने खेती के काम को मामूली तौर पर अच्छी तरह से समझता है और यदि उसको विरवास दिलाया जाय कि किसी नये तरीके के बदलने से उसको लाभ होगा, तो वह निःसंदेह इस तरीके के उपयोग करने में आनाकानी नहीं करेगा। लोग कहते जरूर हैं कि इस देश के किसान लकीर के फकीर हैं और वे अपने बापदादों की रीतियों को बदलने के लिये तैयार नहीं हैं, लेकिन कोई बजह नहीं है कि यदि उनको ठीक तौर पर समझाया जावे तो वे अपनी भलाई के साधन क्योंकर न स्वीकार करें। जरूरत सिर्फ़ इस बात की है कि कोई नई तरह की उपयोगिता उन्हें अच्छी तरह समझा दी जावे।

गरज कि ग्रामीण सुधार के लिये पहिली बात यह है कि किसानों की मनोवृत्ति इस तरह से बदली जाय कि वे अपनी गेती सुधारने के लिये स्वयं इच्छुक हो जावें; और यह धारणा तभी पैदा हो सकती है, जब कि उनमें गेती की जुताई में लेकर फमले को

काटने, चूरने और बेचने के भिन्न भिन्न लाभदायक तरीकों के ज्ञान का प्रसार ठीक रीति से बार बार किया जावे ।

आगे के परिच्छेदों में इन्हीं तरीकों का सरल भाषा में बतलाने की कोशिश की गई है और आशा है कि गैर मक़ारी कार्यकर्त्ता उनको सुद समझ कर किसानों को अच्छी तरह से समझावेंगे और देखेंगे कि वे उन तरीकों को काम में लाते हैं या नहीं । यदि इनका प्रचार ठीक तौर पर हो गया तो इसमें शक नहीं कि थोड़े ही समय में कृषि द्वारा किसानों की आर्थिक दशा सुधर जावेगी और इसका यश कार्य-कर्त्ताओं को भी मिलेगा । इस विषय में नीचे लिखी बातों पर लगातार आंदोलन करने की आवश्यकता है ।

- (१) सर्वोत्तम और सबसे अधिक उपयुक्त बीजों को चुनना ब बाना ।
- (२) जहाँ सम्भव हो, वहाँ अधिक लाभदायक नई फसलों का प्रचार करना ।
- (३) ग्वाद एकत्रित करने के लिये गड्डे खोदना और सब प्रकार के ग्वादों को तैयार करके खेतों को उपजाऊ बनाने के लिये उन को काम में लाना ।
- (४) जलाने के लिये कड़े बनाना या उनका बेचना बंद करना ।
- (५) हरी ग्वाद और कृत्रिम ग्वाद यथासंभव काम में लाना ।
- (६) नये प्रकार के सुधरे हुए औज़ारों को काम में लाना ।
- (७) नये सुधरे हुए तरीकों में खेती करने का अभ्यास

करना, जैसे कि एक क़तार में बोना, फ़सलों का अदल बदल करना इत्यादि ।

- (८) कीड़ों को नष्ट करने के उपाय सीखना तथा उनके नाश का प्रयत्न करना ।
- (९) ढेंकी, रहट और पंप इत्यादि से सिंचने का प्रचार करना ।
- (१०) साग भाजी और फल की उपज को बढ़ाना ।
- (११) खेती और उपज की बिक्री को सहयोगी ढंग पर संगठित करना ।



## पारिच्छेद २

### “ जुताई ”

खेती ठीक ठीक करने के लिये किमान के पास केवल अच्छे बैल और अच्छे औज़ार ही न होना चाहिये, बल्कि उसे अपने खेतों के ज़मीन की किस्म का भी अच्छा ज्ञान होना चाहिये, याने उसे यह समझना बहुत ज़रूरी है कि उसके खेत की मिट्टी में किस किस्म की कमल पैदा करने की शक्ति है और भिन्न फसलों को पैदा करने के लिये उस खेत में कितनी जुताई करने की आवश्यकता है और कौन कौन प्रयोग की ज़रूरत है ।

उमको जानना चाहिये कि खेत की मिट्टियाँ, रेत, कपा, चुनकंकड़ और वनस्पति अंश (सूमस) के मिश्रण से बनती है। इनमें से चूना और वनस्पति अंश लेशमात्र होता है। जिम मिट्टी में रेत और चिकनी मिट्टी सम भाग में होती है, उसे लोम कहते हैं। जिम ज़मीन में, काली कपासी ज़मीन की भाँति, चिकनी मिट्टी की मात्रा अधिक होती है, वह मटियारी ज़मीन कहलाती है; और जिममें सेहरा या बरा की भाँति रेत या कंकड़ की मात्रा अधिक होती है उसे रेतीली या कंकड़ीली ज़मीन कहते हैं। सर्वोत्तम खेत वे होते हैं जिनमें चारों पदार्थों की उपयुक्त मात्रा होती है। किसी भी ज़मीन पर फसल उगाई जाती है, तो ज़मीन से कुछ खनिज पदार्थ पौधों के शरीर रचने में लगातार खर्च होते रहते हैं। यदि ये पदार्थ समय समय पर फिर खादके रूपमें मिट्टी में न मिलाये जायें तो मिट्टी का मारा खनिज अंश जल्द ही ख़तम हो जाय। फिर भी दयालु प्रकृति ने ऐसी व्यवस्था की है कि यदि कोई किमान मूर्खता से गोबर को खादके काम में न लाकर जलाने में खर्च करदे, लेकिन अपने

खेत की सिर्फ जुताई ही अच्छी तरह करता जाये, तोभी उस खेतकी उर्वरता में ज्यादा कमी न हो। इसका भेद यह है कि जब ज़मीन जोत डाली जाती है, तब सूर्य और हवा उस की शक्ति को फिर पूरा कर देते हैं। विज्ञानवेत्ता बतलाते हैं कि मिट्टी में असंख्य कीटाणु होते हैं। ये कीटाणु मिट्टी और हवा में पौधों की मौजूदा भोजन सामग्री को ऐसे रूप में बदल देते हैं कि जिमसे वह पानी में घुल जाये और पौधे उसे अपनी जड़ों द्वारा खींच सकें। उनका यह भी कहना है कि हवा के बिना ये कीटाणु अच्छी तरह काम नहीं कर सकते, इसलिये ज़मीन को अच्छी तरह जोतना चाहिये, ताकि मिट्टी में बाहर-भीतर अच्छी तरह हवा लगसके। साधारण किसान यह भली भोति समझता है कि जोतने से ज़मीन घराघर हो जाती है जिमसे बोनी करने में सुगमता होती है; वह यह भी समझता है कि जोतने से मिट्टी ढीली हो जाती है और उसमें भोजन छूंदने के लिये जड़ें आसानी से फैल सकती हैं, परन्तु उसे अक्सर यह नहीं मालूम रहता कि मिट्टी को फोड़ डालने से वह उन कीटाणुओं को अपने महत्वपूर्ण कार्य, अर्थात् पौधों के खाद्य को जमा करने में सहायता देता है; और उसे शायद यह भी नहीं मालूम रहता कि जोतने से वह मिट्टी को बरसात का पानी सोखने और जमा करने में मदद देता है। बिना जुते हुए भेन में मिट्टी गमी रहती है और घरमाती पानी का अधिकांश मार्ग नदी नालों में बह जाता है। मित्रांत यह है कि जितना अधिक गहरा खेत जोता जाता है, उतना ही ज्यादा वह पानी सोखता है। इस लिये उन कमलों के लिये, जिनको बाढ़ के वास्ते ज्यादा पानी जमा रखने की जरूरत होती है, भेत को गहरा जोतने में फायदा होता है; जैसे, मूल्ये मौसम में पैदा की जानेवाली गेहूँ और अन्य उन्हारी फसलों के लिये गहरी जुताई करना चाहिये। खरीफ कमलों के लिये जो बरसात में पैदा की जाती हैं, गहरी जुताई हमेशा लाभकारी नहीं होती,

ख़ामकर जब कि खेत की मिट्टी भारी होती है। गरज़ कि किमानो को समझना चाहिये कि जुताई के उद्देश क्या है।

ऊपर बतलाया गया है कि जुताई करने से ज़मीन फिर से शक्ति-शाली हो जाती है, पानी अधिक सोखती है, बीज बोने में सुगमता होती है और पौधों की जड़ों को फैलने का मौका मिलता है। एक बड़ा फायदा यह भी होना है कि कांस इत्यादि निरर्थक हरियाली जो मिट्टी के ख़ाद पदार्थ को चुरा लेती है, वह जुताईसे नष्ट हो जाती है। जुताई के बाद बख़र चलाने से ज़मीन का सोखा हुआ पानी ज़ल्द उड़ने नहीं पाता।

अच्छे किमान बहुधा बरमात के बाद अपने खेत बख़रते हुए देखे जाते हैं,। वे ऐसा इस लिये करते हैं, क्योंकि उन्होंने अनुभव से सीख लिया है कि धरती के ऊपर ढीली मिट्टी की धर रखने से खेत में मिला हुआ पानी हवा के साथ ज़ल्द उड़ जाने से रोका जा सकता है। यह बताना बहुत मुश्किल है कि किम साल किम खेत को कितना गहरा या कितने बार जोता जाय। इसका निश्चय करने के लिये कई बातों पर विचार करना पड़ता है:—जैसे उस खेत की मिट्टी कैसी है, उसमें कौनसी फ़सल बोना है, मौसम किम किस्म का है, ज़ेलों में ताक़त कितनी है, खेत में काम बगैरा तो नहीं है, इत्यादि। इन पर विचार करते हुए ऊपर लिखे हुए सिद्धांतों द्वारा मार्ग ढूँढ़ने में सहायता मिलेगी। बेहतर होगा यदि एक नया या नातजुर्बेकार किसान अपने गाँव के चतुर किसानों से या खेती विभाग के एग्रीकल्चरल अभिस्टैंट से सलाह लेकर उचित जुताई के तरीके के बारे में राय कायम करे फिर भी यह बात कहने योग्य है कि “ बिना बिचाई ” की खेती की सफलता, विशेषकर जाड़े में होनेवाली खेती की फ़सल पैदा करने के

लिये, अधिकतर गहरी और उत्तम जुताई पर निर्भर होती है। प्रयत्न यह होना चाहिये कि बीज बोने के पहले ज़मीन का थर कम से कम नौ इंच गहराई तक विलकुल साफ, धारीक, भुरभुरा व तर हो। इस प्रकार ज़मीन बनाने के लिये खेत को कम से कम ६ इंच गहरा लोहे के हल से एकबार जोतना चाहिये। 'यदि लोहे का हल न मिले या बैल कम ताकतवाले हों तो भारी देशी हल ही से, कम से कम, तीन बार जोतना चाहिये। यह जुताई अगस्त महीने के मध्य में, जब जब पानी न बरसता हो या और कभी जब सम्भव हो, करनी चाहिये। इसके बाद ज़मीन को बम्बर में बम्बरना चाहिये। जुताई व बम्बरनी जबतक कि बोने का समय न आजाय, या ज़मीन बोने के लिये साफ तैयार न हो जाय, जबतक जारी रखना चाहिये। ऐसा करने से बीज बराबर ऊगेगा और पौधे हट-पुट होंगे।

शरीफ की फसल के लिये जुताई साधारणतः जाड़े की शुरु में होनी चाहिये, कारण यह है कि यदि गर्मी पड़ने के पहले खेत जोते जावेंगे, तो अंदरूनी मिट्टी नेत्र धूप और हवा के प्रभाव में आ सकेगी। ऐसा करने से पौधों के लिये आवश्यक भोजन पैदा होगा, क्योंकि इस समय सूर्य और हवा के असर से मिट्टी में रसायन क्रियायें तेज़ी से उत्पन्न होती हैं।

अच्छी खेती के लिये दो बातों की ज़रूरत होती है:— खेती के औज़ार और उन्हें चलाने की शक्ति। इस देश में बहुधा औज़ार बैलों द्वारा चलाये जाते हैं, इसलिये बैल इतने मज़बूत होने चाहिये कि वे अपना काम भली भाँति कर सकें। अच्छे बैलों के चुनने तथा उनके पालने की रीतियाँ आगे के परिच्छेदों में लिखी गई हैं।

औज़ारों के विषय में यहाँ इतना बतलाना काफी होगा कि यदि मौजूदा देहाती औज़ार यहाँ की परिस्थिति के लिये बहुधा ठीक

होते हैं, तोभी सरकारी खेती विभाग ने.प्रदेश मे आये हुए चंद नये किस्म के औजारों की उपयोगिता की भली भँति परीक्षा कर रखी है। वे अमीर किसान जो ऊँचे दर्जे की खेती करना चाहते हों, अपने स्थान के खेती विभाग के अफसरों मे सलाह ले सकते हैं कि उनकी खेती के लिये कौन से प्रकार के नये औजार लाभदायक होंगे। आजकल तो इस देश मे भी अच्छे अच्छे खेती के औजार ब कलें बनने लगी हैं, मसलन किलोस्कर कंपनी के बनाये हुए हलों की बहुत तारीफ है। जिन कास्तकारों की हैभियत नये औजार खरीदने की हो उन्हें चाहिये कि वे उन्हें जरूर आजमावे।



## परिच्छेद ३

### “खाद”

पिछले अध्याय में समझाया गया था कि यदि किसान अपने खेत को भली भाँति जोतता रहे, तो कीटाणुओं द्वारा पौधों का भोजन मिट्टी में बनते रहने के कारण उस खेत की उपजाऊ शक्ति किसी कदर ज्यों की त्यों, बनी रहेगी, परंतु यदि किसी खेत में लगातार खेती की जाय तो यह स्पष्ट है कि कभी न कभी, उसके खाद्य का स्वाभाविक भंडार चुक जायेगा। इस कमी को पूरा करने की सबसे सरल तरकीब यह है कि खाद चतुर्दाई में दी जावे।

खाद दो प्रकार की होती है स्वाभाविक (मैद्रीय) और रासायनिक (खनिज)। स्वाभाविक खाद की भी दो किस्में होती हैं स्थूल खाद; जैसे, हरी खाद और ठोस खाद, जैसे खली। स्थूल खादों में सबसे मुख्य और सब लोगों का जाना हुआ गोबर का खाद है। ठोस खाद से स्थूल खाद ज्यादा अच्छी होती है, क्योंकि उससे मिट्टी भुरभुरी हो जाती है और अधिक पानी सोख सकती है। अच्छी खाद बनाने की सबसे सरल तरकीब यह है कि कड़ीब चार फुट गहरे गड्ढे खोदकर उसमें गोबर और कूड़ा इकट्ठा करता जावे। ये गड्ढे आग्रादी से लगभग २०० गज की दूरी पर गांव की बंजर ज़मीन पर या खेतों में होने चाहिये। गड्ढों की लम्बाई और चौड़ाई किसान के जानवरों की तादाद के अनुसार होनी चाहिये। जब ये गड्ढे भर जावें तो उनको मिट्टी से ढांक कर उनके चारों ओर मेड़ बांध

देनी चाहिये, जिससे उनमें धरमात का पानी न जा सके। गड़दे ढांकने के बाद लगभग नौ महीने में खाद तैयार हो जाती है। हवा और धूप में गोबर के ढेरों के जमा करने का तरीका बिलकुल गलत है, क्योंकि ऐसा करने से उसके बहुमूल्य गुण नष्ट हो जाते हैं और खाद बराबर मड़ती भी नहीं है। उस प्रकार की कच्ची खाद रेतों में डालने से उनमें दीमक भी लग जाती है जो फसलों को बहुत नुकसान कर डालती है।

खाद देने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि खूब पके हुए खाद को रेत पर एकसा फैलाकर रेत को फौरन जोत डालें, जिससे खाद मिट्टी में मिल जावे और उसे धूप और हवा से कोई नुकसान न पहुँचने पावे। खाद के ढेरों को अधिक समय तक रेतों में पड़े नहीं रहने देना चाहिये।

ऊपर बतलाया हुआ खाद, गोबर, मूत्र, व कूड़े कचरे के मड़ने में बनता है। एक दूसरा स्थूल खाद जो सफलता के साथ सरकारी रेतों में काम में लाया जा रहा है वह कम्पोस्ट खाद [ गिचड़ा ] कहलाता है। थोड़े दिन हुए, इंग्लैंड देश में प्रयोग करके यह निश्चय किया गया है कि अच्छा खाद भिन्न प्रकार के कचरों से बिना अधिक गोबर या मूत्र के मिश्रण में भी बनाया जा सकता है।

सब प्रकार की फालतू वनस्पति जैसे, घाम कांस-फूस, भड़े हुए पत्ते, तरोट, मोटा घास, गन्ने की छेड़, केले की गांभें, कपाम, तुवर और मक्का के डंठल, चारे की जूठन, भूमा इत्यादि गँवों में बहुत परिमाण में मिल-सकते हैं और इन्हीं में गिचड़ा खाद बन जाता है, जो स्वाभाविक गोबर के खाद से कुछ कम ताकतवर नहीं होता। ज़रूरत पड़े इस

घात की है कि किसान लोग इस कचरे को खाद में तबदील करने की विधि सीखें। सब प्रकार के कचरे को पहिले छोटे छोटे टुकड़ों में काट डाला जाय। इसके लिये यदि मिल सके तो चारा काटने की कल का उपयोग करे; वरना मोटे कचरे को या तो मार में बिछादे या जिस रास्ते पर से गाड़ी आती जाती हों, वहाँ बिछा दे। ऐसा करने से ढोरों के पोंबों के नीचे दबकर या गाड़ियों के चाको में कुचलकर यह कचरा जल्द ही चुरा होजावेगा। मार में बिछाने से वनस्पति में गोबर और मूत्र भी मिल जावेगा जो खाद की शक्ति को और भी बढ़ावेगा। इस तरह जब हरी वस्तुएँ काफी चारीक होजायें तो निम्न लिखित विधि काम में लानी चाहिये।

[१] एक दस फुट लम्बा, दस फुट चौड़ा, और छै इंच या एक फुट गहरा गड्ढा खोदो।

[२] फिर उपर्युक्त विधि के अनुसार तैयार किये गये सब कूड़ा-ककट को हलके तौर पर पोला पोला उसमें फैलाओ, जबतक कि तह एक फुट मोटी न हो जाय।

[३] बाद को निम्न लिखित मिश्रण का एक चौथाई भाग और थोड़ा सा खूब सड़ा हुआ गोबर का खाद इसके ऊपर वरावर छिड़ककर फैलाओ, जिससे कि आवश्यक वस्तुएँ एकत्रित होकर इस कूड़े कचरे को खाद के रूप में परिणत कर दें:—

अमोनियम मलक्रेट — १० सेर

चूने का कंकड़— १५ सेर

सुपर फास्फेट या बोन कम्पोस्ट—१० सेर

---

कुल ३५ सेर

उपर्युक्त पदार्थ काम में लाने के पहिले खूब अच्छी तरह से मिला लेना चाहिये । सुपरफास्फेट को चाहे तो निकाल भी सकते हैं और यदि गोमूत्र काफी परिमाण में, अर्थात् १० से १५ पीपे मिल सके, तो उसे कूड़े-कचरे के हरे पदार्थों की प्रत्येक तह पर छिड़क देना चाहिये । ऐसी हालत में अमोनियम सल्फेट की आवश्यकता न होगी । ऊपर कहे हुए सुपर-फास्फेट और अमोनियम सल्फेटकी जगह १० मेरे “निसी-फोस ग्रेड २” भी काम में लाया जा सकता है । अमोनियम सल्फेट का परिमाण २० मेर तक बढ़ाया जा सकता है जिससे कि लकड़ी के समान मोटे व मख्त डंठल भी जल्दी पूर्ण रूप में मड़ जाते हैं ।

[४] जब ऊपर लिखे मुताबिक कचरे की एक तह इकट्ठी हो जावे तो उसे गोबर के पानी में खूब तर करना चाहिये । गोबर का पानी बनानेकी विधि यह है कि गोबर को उसके वज़नमें २.५ में लेकर ५० गुना अधिक वज़न के पानी में खूब घोलना चाहिये ।

[५] उपर्युक्त विधियों नं० २, ३ और ४ को बार बार काम में लाओ, जबतक कि चार तहें कूड़े-कचरे की जमा न हो जायें और कुल ऊँचाई कचरे की ४ फुट न हो जाय ।

( ६ ) ढेर को समय समय पर, जब ज़रूरत हो, बाद में भाँचते जाओ जिससे कि उसमें हमेशा तीन-चौथाई गीलापन बना रहे । इसकी पहिचान यह है कि यदि कोई शख्स अपना हाथ इस ढेर के अंदर डाले, तो वह हाथ भीगा हुआ बाहर निकलना चाहिये । ग़रज़ कि ढेर में पानी काफी मिक़दार में रहना

चाहिये और पानी की कमी न हो, इसलिये सिंचड़ा सड़ाने का काम बरसात में शुरू करना चाहिये और हरे कूड़े-कचरे को गर्मी के महिनो में एकत्रित करके बारीक बना रखना चाहिये ।

- ( ७ ) ढेर को जहाँ तक हो सके, घनघोर वर्षा से बचाना चाहिये तथा धूप से भी । इस हेतु उस पर एक कच्चा छप्पर डाल देना चाहिये ।
- ( ८ ) इस तरीके से पत्तदार पदार्थ में कम्पोस्ट ग्याद प्रायः तीन या चार महीने में तैयार हो जातो है, परंतु अन्य मख्त पदार्थों में— जैसे, कपास या अम्बाड़ी के डंठल से, खाद बनाने में ज्यादा धक लगता है । जब गड्ढे में निकाला हुआ नमूना मामूली गोबर कचरे की ग्याद के समान दिखे, तो समझ लेना चाहिये कि ग्याद काम में लाने के लायक तैयार हो गई ।
- ( ९ ) ऊपर लिखे हुये नम्बर ३ में यह बतलाया है कि चंद अंग्रेजी दवाइयों के साथ खूब मड़ा हुआ गोबर की खाद हर तह पर डालनी चाहिये, जिससे इस ग्याद के कीटाणु वनस्पतियों को मड़ाने में मदद दें । यदि किसी जगह पहिले की बनी हुई 'कम्पोस्ट' ग्याद तैयार हो, तो गोबर की खूब मड़ी हुई ग्याद के स्थान में इसको उपयोग में ला सकते हैं ।

उपर्युक्त १० फुट लम्बे १० फुट चौड़े और ४ फुट गहरे गड्ढे में ग्याद का ढेर बनाने के लिये कच्चे पदार्थ (हरे कचड़ा) का

वज़न ६० से ८० मन तक होता है। यह वज़न काम में लाये हुये पदार्थों के प्रकार पर निर्भर होता है। इससे २८ मन के कृत्रिम फ़ार्मयार्ड ग्याद तैयार हो जाता है जिसमें ४० से ५० फीसदी तरी रहती है। इस ग्याद के बनाने का तरीका इतना महल है कि मामूली खलियान में काम करनेवाले मज़दूर बिना अधिक खर्च के इसके बनाने में मदद दे सकते हैं और उसकी निगरानी उन्हें सौंपी जा सकती है। ऊपर लिखे हुये रसायनिक पदार्थों की कीमत (जिसमें कि २८ मन या एक गाड़ी भर कृत्रिम खलियानी ग्याद तैयार कर सकते हैं) लगभग नीचे लिखे अनुसार होती है।

ग्याद बनानेवाले रसायनिक पदार्थ	एक टन कृत्रिम खलियानी ग्याद के काम में लाये जाने वाले रसायनिक की कीमत.	एक गाड़ीभर ग्याद बनाने के लिये रसायनिक की कीमत.
अमोनियम मल-फेट १० मेर—कंकड १५ सेर	र. आ. पा. १-११-० से १-१४-० तक	र. आ. पा. ०-६-० से ०-१०-० तक
अमोनियम मल-फेट १० मेर चुने का कंकड १५ से. सुपरफा. १० से. निमिफाम ग्रेड २ ५० मेर चुने का कंकड १५ मेर	०-७-० से २-१०-० तक	०-१३-० से ०-१४-० तक
	२-४-० से २-७-० तक	०-१२-० से ०-१३-० तक

सरकारी फ़ार्मों में किये हुये प्रयोगों से मालूम होता है कि कृत्रिम फ़ार्मयार्ड ग्याद जो कि ऊपर लिखे अनुसार भिन्न २ कच्चे

पदार्थों से बनाई जाती है उतनी ही अच्छी होती है जितनी कि माधारण गोबर की। उन गावों में जहाँ कि पशुओं की संख्या कम है, या जहाँ की मिट्टी को खाद की आवश्यकता अधिक परिमाण में होती है, वहाँ कृत्रिम खाद को बनाने के लिये प्रोत्साहन देना चाहिये। ऊपर लिखे हुये रासायनिक पदार्थ या तो ग्वर्नमेंट फार्म या किसी भी केमिस्ट [ रासायनिक पदार्थ विक्रेता ] के यहाँ से मंगा सकते हैं।

एक और स्थूल खाद जो बहुत लाभकारी मिश्र हुई है हरी खाद है। इसकी तरकीब यह है कि अक्सर डेंचा या मन की एक घनी फसल बो दी जाती है और जब वह ५ हफ्ते की हो जाती है तब पेटला में लिटा दी जाती है और मिट्टी को डलदनेवाले हल में जोतकर मिट्टी के नीचे दबा दी जाती है। बरमात में यह फसल सड़ गल कर अच्छे स्वाभाविक खाद का रूप ले लेती है। उस का अमर मिट्टी पर वैसाही होना है जैसा कि गोबर के या खिचड़े खाद का।

जानवरों का मूत्र भी खाद के लिये प्रायः उतने ही काम का होता है जितना कि गोबर। अपने मूत्र जानवरों को मूत्र जमा करने से किमान अपने खाद के मूल्य का दुगुना कर सकता है। मूत्र को जमा करने की कई विधियाँ हैं। जहाँ घास भूमा या सूखी पत्ती की बहुतायत हो वहाँ से चीज़ें जानवरों के नीचे बिछा देना चाहिये, ताकि वे मूत्र को सोख ले; परन्तु चूंकि बहुत से गांवों में घासफूस कम होता है, इस लिये उसके बदले में मिट्टी को ही काम में लाना चाहिये। मारों में सूखी ढाली मिट्टी की मोटी ६ इंच की तह बिछा देना चाहिये। जिसपर जानवर खड़े हों सकें। यह मिट्टी घास भूमा और सूखी पत्ती में भी अच्छी तरह से पेशाब को सोख लेती है।

तीन चार हफ्ता में इस मिट्टी को खुरचकर ग्याद के गड्ढे में डाल देना चाहिये और मार में ताजी मिट्टी की दूसरी परत बिछा देनी चाहिये । गोबर, मूत्र और गलियान के कूड़े को जमा करने में न तो बहुत मेहनत लगती है और न उनका ग्याद बनाने में बहुत होशियारी ही । मामूली देहाती उम विधि को और उसके फायदे को समझता है; परंतु वह उम का उपयोग नहीं करता । उम ब्रुटि को पूरा करने के लिये यह जरूरी है कि गांव के चंद ममझदार काश्तकार नासमझदार व अलालों के सामने स्वयं अच्छा नमूना पेश करें । इन प्रचार के काम में भाग लेकर, सरसरकारी लोग देश का और अपना भी फायदा कर सकते हैं ।

ठोस खादों में खली मग से अधिक मुख्य है । खली कई प्रकार की होती है । इन में से अलसी, तिली, मूंगफली, विनाला और नारियल की खली जानवरों के लिये उत्तम खाद्य पदार्थ हैं, और इन्हें जानवरों को खिलाना चाहिये और उनके गोबर को ग्याद की तरह काम में लाना चाहिये । परंतु अंडी, करंज और गई की खली जानवरों को खिलाने के लायक नहीं होती, इस लिये उसे ग्याद के काम में लाना चाहिये । एक मन अंडी की खली से मिट्टी को उतनाही नाइट्रोजन ( शोरे का वायुसार ) मिलता है जितना कि १० मन गोबर के ग्याद में । महुआ की खली बहुत दिनों तक मिट्टी में नहीं सड़ती और उगते हुये अंकुरों को बहुत नुकसान पहुंचाती है, विरोध कर गन्ने को, इसलिये इसकी खाद के रूप में कभी भी काम में न लाना चाहिये । मामूली तौर पर खली की खाद कमल बाने के करीब ६ महीने पहिले ज़मीन में डालनी पड़ती है । लेकिन यदि तुरंत फायदा पहुंचाना हो तो उसे खाद की तरह उपयोग में लाने के पहिले खुप मड़ा लेना चाहिये । इसकी विधि इस प्रकार है:—

पहिले चारोंक पिस्सी हुई खली में चौथाई भाग खेत की मिट्टी मिलावे, फिर ताज़ा गोबर पानी में गाढ़ा घोलकर उसमें खली व मिट्टी के मिश्रण को सान ले। जितनी खली सड़ाना हो उसमें चौथाई गोबर का पानी लेना चाहिये। इस तरह तैयार की हुई खली को दवा दवा कर ढेर बना ले और उस ढेर का अच्छी तरह से गीली मिट्टी से थोप देवे। उस ढेर को भारी वर्पा से घचाने के लिये छप्पर के नीचे रखे। थोपी हुई मिट्टी तड़कने न पावे, इसलिये उसपर पानी सींचते रहना चाहिये। दस पंद्रह दिन में यह ढेर सूड़ जावेगा और उसमें से बहुत तेज़ बदबू पैदा होगी। इसके बाद ढेर को फोड़ डालना चाहिये, ताकि हवा लगकर कुछ समय में बदबू निकल जावे। चार मन सड़ी हुई खली एक एकड़ कपास को ऊपरी खाद देनेके लिये काफी होती है। चंद फसलों में खली की खाद देने के तरीके नीचे दिये जाने हैं:—

### “ गन्ना ”

चारोंक पिस्सी हुई व बिना सड़ाई हुई खली एक एकड़ पीछे २५ मन के हिमाव से इस्तेमाल करना चाहिये। इसमें से करीब १२ मन गन्ने के रोपे लगाने के पहिले डाला जावे, और बाकी गाड़ते समय ऊपर से दिया जावे। खली देने के बाद उसे मिट्टी में भिला देना चाहिये और उसके बाद फसल को भींचना चाहिये।

### “ गेहूँ ”

खली का ग्याद केवल उस गेहूँ में देना चाहिये जिसकी मिचई कुयें या तालाव में हो। यदि पिस्सी हुई खली काम में लाना हो तो, हमे धौज के साथ, बोनी के समय, एक एकड़ पीछे

करीब ५ मन के हिमाच भे डालना चाहिये । यदि सड़ाई हुई खली देना हो, तो उसे जब गेहूं ३-४ इंच ऊंचा हो जावे तब ऊपर भे झाड़ना चाहिये । एक एकड़ पीछे करीब साढ़ तीन मन ग्याद कासी होती है ।

### “ फल के दरगुत ”

फल के दरगुतों का भी बारीक धिमी हुई खली की ग्याद देने भे फायदा होना है । एक मामूली भाड़ पीछे करीब ७ मेर खली पीड़ के आसपास भुरककर खुर्पी में मिट्टी में मिला देना चाहिये । यह खाद घरमात के शुरू में देनी चाहिये और इसे दिमम्बर में फिर दुबारा दे सकते हैं ।

### “ दूसरी फसलें ”

किसी भी साँची जानेवाली फसल को खली की खाद दी जा सकती है । मिर्ची, तम्बाकू और केलों के आसपास पोड़ा थोड़ा खाद उनकी बाढ़ के समय छिड़का जा सकता है । हरदके ग्याद डालने के बाद हलके तौरपर मिट्टी गोड़ देनी चाहिये ।

रसायनिक पदार्थों के ग्यादों में अक्सर इस्तेमाल किये जानेवाले “ सलफेट आफ् अमोनिया ” और “ सोडियम नाइट्रेट ” हैं । ये विलायती ग्यनिज ग्यादें बहुत मंहगी नहीं होतीं । और किसी भी सरकारी काम में आसानी से मंगाई जा सकती हैं । स्वाभाविक और रासायनिक ग्यादों में फर्क यह है, कि स्वाभाविक ग्यादों को पौधों भे काम लायक होने के पहिले उन्हें खुद रूपांतर होना पड़ता है; व रासायनिक ग्यादें इस रूप में रहती हैं कि उन भे पौधों को ज़रूरी नाइट्रोजन एकदम पहुँच जाता है । स्वाभाविक ग्यादों का असर धीरे धीरे होता है और उनमें नाइट्रोजन की मात्रा थोड़ीसी होती है । इसलिये ग्यनिज ग्यादों की अपेक्षा स्वाभा-

विक ( गोबर की खाद ) खाद अधिक मात्रा में देनी पड़ती है और इसी लिये गोबर की या कूड़े कचरे की खादों को स्थूल खाद कहते हैं । रसायनिक खादों का असर जल्दी होता है परंतु वे मंहगी होती हैं और इन के इस्तेमाल का तरीका सीखने की ज़रूरत पड़ती है ।

यहाँ यह बात भी ध्यान में रखने योग्य है कि जहाँ मिट्टी में ह्यूमस बहुत कम है, वहाँ सोडा नाइट्रेट के समान जल्दी असर करनेवाले खाद को काम में लाने से शायद ही लाभ हो सकता है । जहाँ कहीं ऐसी खादों का उपयोग किया भी जाये, तो वहाँ पहिले हरी या गोबर की स्थूल खाद की पुट दे देनी चाहिये, और फसल ज़मीन के ऊपर अच्छी तरह निकल आने पर ही ऐसी खादें दी जा सकती हैं । यदि वे धोनी के पहिले ही दी जायें तो अधिक वर्षा में उनके यह जाने का डर रहता है । ऐसी खादों का मुख्य उपयोग यह है कि यदि किसी फसल के पूरे वाढ़ के लिये काफी समय नहीं है, तो ऐसी खादें पौधों की वाढ़ में जल्द तरफ़ी कर देती हैं । लेकिन इन खादों के इस्तेमाल में होशियारी की ज़रूरत होती है । बेहतर होगा कि वे किसान जो रसायन काम में लाने का इरादा रखते हों, उसे आजमाने के पहिले खेती विभाग के किमी आफ़सर से सलाह ले लें ।

माधारण किसान लोगों को तो यह चाहिये कि वे पहिले अपने गोबर के खाद की रक्षा करें और उसका उपयोग अच्छी तरह सीखें । जब वे खुद अपने हाथ में परीक्षा करके देख लेंगे कि गोबर के खाद में उनकी फसल तिहाई से टेउड़े तक बढ़ाई जा सकती है, तब उन्हें अपनी फसल अधिक गाढ़े खादों और दूसरी कृत्रिम विलायती खादों द्वारा और भी अधिक बढ़ाने की क्षमता अपने आप पैदा हो जायगी ।

## परिच्छेद ४

### “ फसलों की अदलबदल ”

पिछले परिच्छेदों में कहा गया है कि उचित रीति में गेती करने और खाद देते रहने से ज़मीन की उपजाऊ शक्ति कायम रखी जा सकती है। कम ताक़तवर ज़मीन की शक्ति कायम रखने का एक उपाय यह भी है कि उसे कुछ समय तक पड़ती रखकर आराम दे। परंतु आजकल पैमे की तंगी की हालत में ज़मीन को अधिक समय तक पड़ती रखने में, पहाड़ी देशों के अतिरिक्त किफ़ायत नहीं होंती। ज़मीन को उपजाऊ बनाये रखने का एक उपाय फसलों का अदल बदल करना भी है। किसानों को अनुभव में मालूम ही है कि फसलों में अदलबदल करने और विर्रा बोलने में क्या लाभ हैं। यद्यपि उन्हें इसका वैज्ञानिक कारण नहीं मालूम है, तथापि वे समझते हैं कि फली (छीमी) वाली फ़सल (दाल इत्यादि) से उभी गे़त में अगले साल की गे़हूं की फ़सल सुधर जाती है, और जिस खेत में गे़हूं की फ़सल मामूली आने की उम्मीद हो उसमें विर्रा, याने गे़हूं और चना की मिलवां फ़सल, अच्छी तरह पनपती है। इसी तरह कपास और ज्वार के साथ अक्सर तुवर (अरहर) मिलाई जाती है। तुवर की क़तारे साल व साल थोड़ी आमपास सरका दी जाती हैं, जिसमें ज़मीन का प्रत्येक भाग उनके तले हो जाये। केदों और कुटकी अक्सर ज्वार और तुवर के साथ मिलाई जाती है और उभी खेत के छोटे छोटे टुकड़ों में गुरीफ़ की फ़सलों के बोने के

रिवाज से किसी क्रूर एक प्रकार का अदल बदल हो जाता है। मध्यप्रांत के कुछ भागों में ऊँचे ढ़ों की सिहार ज़मीन पर गेहूँ और चना, तुवर, कोदों और धान को तीन तीन माल की फेरी से बोने का रिवाज है। मामूली तौर से चना अक्सर धान या किसी दूसरी ख़रीफ़ की फ़सल के बाद बोया जाता है। गेहूँ को धान के बाद बोने से कई जगह फ़ायदा हुआ है।

फ़सलों में अदलबदल करने या पारी बाँधने का कारण यह है कि छाँभादार फ़सलों की जड़ों में बहुतसी छोटी छोटी गठाने होती हैं जिनमें असंख्य कीटाणु रहते हैं जो खुराक के तौर पर हवा में नाइट्रोजन ले सकते हैं। यह गुण इन कीटाणुओं के अतिरिक्त अन्य प्राणियों या वनस्पतियों में नहीं होता। इन जड़-वाली गठानों की तादाद जितनी अधिक होगी उतना ही अधिक नाइट्रोजन हवा में से खिंचकर ज़मीन में इकट्ठा होगा।

फ़सलों के अदलबदल करने में एक दूसरा सिद्धांत यह भी है कि सब फ़सलें अपने बाद के लिये ज़मीन से एक ही प्रकार के तत्वों को नहीं खींचती। किसी को कोई तत्व की ज्यादा ज़रूरत होती है किसी को कम की। फ़सलों के अदलबदल करने में ज़मीन को मौका मिल जाता है कि पहली फ़सल के खींचे हुये तत्वों की कमी को दूसरे प्रकार की फ़सल के होते समय पूरी कर दे। अर्थात् ज़मीन को एक प्रकार का आराम मिल जाता है जिससे उसकी उपज शक्ति में कमी नहीं होने पाती। एक दूसरी बात यह भी है कि गेहूँ व ज्वार सरसरी फ़सलों की जड़ें ज़मीन की ऊपरी सतह में रहती हैं, व चना, कपाम व तुवर सरसरी फ़सले अपना आहार गहरा तहों में खींचती हैं। इस प्रकार की फ़सलों के अदल बदल करने में ज़मीन के निचले

मनह के ग्राह्य पदार्थ ऊपर आ जाते हैं। अदलबदल करने का एक फायदा यह भी है कि एक प्रकार की फमल को नुकसान पहुंचाने वाले कीड़े को दूसरे प्रकार की फमल अकमर पसंद नहीं होती। उमलिये पहली फसल को चरने के लिये जो कीड़े गेत में आते हैं वे फमल तबदील हो जाने पर बहुधा भूखों मर जाते हैं, क्योंकि उनको आमपाम में कोई उपयुक्त वस्तु गाने को नहीं मिलती।

यद्यपि प्रचलित अदल-बदल क्रम के, जो स्थानीय ज़मीन और आबहवाके मान भे और पुरतान पुरत के तजुर्वे पर निर्धारित होने के कारण ज़रूर उत्तम होंगे, तोभी सरकारी गेती विभाग के अकमरों भे राय लेनी चाहिये कि आजकल की स्थिति देखते हुये इस क्रम में तबदीली की जा सकती है या नहीं। यह भी देखा जाता है कि अदल-बदल के फायदे समझते हुये भी बहुतसे किसान ब्यादा पैसा कमाने की गुरज भे हरमाल लगातार अपने गेतों में कपाम ही घेत जाते हैं; लेकिन परीक्षाओं द्वारा भिन्न हो चुका है कि किसी भी गेत में लगातार कपाम घेत रहने भे फमल की उपज में कमी होने लगती है। उभी गेत में मका, गेहूं और छीमियों (दालों) सहित चार साल अदल-बदल करने भे कपाम की उपज दुगुनी होने लगती है और तीन साल की फेरी भे ड्योड़ी। कपाम के साथ अदल बदल करने के लिये मूंगफली बहुत उपयोगी सिद्ध हुई है और उष समभूमिवाले जिलों की गेती में मन और कपास के अदल-बदल की रीति बहुत प्रचलित होती जाती है।



## परिच्छेद ५.

### “ बीज का चुनना ”

---

अपने खेतों को अच्छी तरह तैयार करने के बाद हर एक किसान की स्वाभाविक इच्छा यही होगी कि उनमें ऐसे बीज बोये जाएँ जिनकी केवल उपज ही उत्तम न हो; बल्कि कीमत भी अच्छी आवे। इस विषय में यह बतलाने की ज़रूरत नहीं है कि हर किस्म की ज़मीन में, या हर जगह, मनमानी फसलें पैदा नहीं की जा सकतीं, जैसे, यदि कोई खेत धान की खेती के लिये उपयुक्त हो, तो उसमें कपास बोना सरासर अनुचित होगा, हालांकि धान के मुक़ाबले में कपास अधिक दामों में ज़रूर बिकता है। किस स्थान में कौनसी फसल पनपेगी, यह वहाँ की ज़मीन व आब-हवा पर निर्भर रहता है, और किस ज़मीन को कौनसी फसल मान करती है, यह थोड़े-तज़ुबे से मालूम हो जाता है। मसाल सिर्फ यह रहता है कि किसान की माली हैसियत और परिस्थिति को देखते हुए उसे कौनसी फसल बोना सबसे अधिक लाभदायक होगा। इसका निश्चय कर उमे उस फसल के लिये जितना अच्छा बीज मिल सके इकट्ठा करने की कोशिश करनी चाहिये। अच्छी फसल की पसन्दगी कोई मुश्किल बात नहीं है; परन्तु यदि उमे दुविधा हो तो वह गांव के उन मयानों में मलाह ले सकना है, जिन्हें खेती का तज़ुबा हो, या जिनने उसके पसंद की फसल की उत्तम किस्मों को खेती विभाग की शिक्षारिष के अनुसार ख़ूब उछाया हो। यदि वह माल में एक ही फसल बोना आया हो, तो उमे ध्यान में विचार करना

चाहिये कि उमके बदले मिलवाँ फ़मल बोने मे या किमी दूमरी फ़मल के साथ अदल-बदल करने मे क्या उमकी पैदावार बढ़ नहीं सकती । यदि उमे अपनी पैदावार मे कोई शिकायत न भी हो, तो भी उमे विचार करना चाहिये कि क्या उमे दूमरे फ़मल के जरिये, जेमे कपाम के बदले मंगफली बोने मे, कुछ ज्यादा पैसा न मिल सकेगा । यह सुनकर उमे प्रसन्नता होगी कि गेती-विभाग ने बपों के धैर्य और परिश्रम के बाद फ़मलों की उत्तम उत्तम किस्मों का प्रचार किया है और उन फ़मलों के शुद्ध बीज बॉटन का प्रबंध भी किया है । चारोंकी के साथ बहुतसी परीक्षाये और आजमाइशें करके गेती विभाग ने कई उत्तम किस्में निकाली हैं । जिन सुधरी हुई किस्मों की भिफ़ारिश गेती-विभाग करता है वे या तो अच्छी उपज देनेवाली होती हैं, या जल्दी फ़कनेवाली होती हैं, या रोग मे अधिक बच सकनेवाली होती हैं, या उनके बाज़ार में अधिक अन्धे दाम आते हैं । इसलिये इन किस्मों की आजमाइश करने से किमानों को बड़ा लाभ होगा, ग़ामकर इस वजह मे कि सुधरी हुई किस्मों के बोने मे कोई भिवाय ग़र्ब नहीं पड़ता, बल्कि अच्छी या बड़ी हुई उपज मे उमे निश्चिन्त हो सकेगा ।

जो किमान सुधरी हुई किस्म का बीज ग़रीबना चाहे, वह अपनी आवश्यकता सरकारी काम के बीज भंडार मे, अथवा किमी भी फ़ार्म मे, या पंचायती दूकान मे या कुछ तहसील-कृषक-सभाओं ( तालुक एग्रीकल्चर एसोसिएशन ) द्वारा संचालित दूकानों मे पूरी कर सकता है । गेहूँ पैदा करनेवाले जिलों में कुछ सहयोगी सभायें ( कोऑपरेटिव्ह सोसायटीज़ ) भी सहयोगी नियमों पर बीज का रोज़गार करती हैं । उनमे भी सम्मिलित जथावदा-रीपर बीज प्राप्त किया जा सकता है । जिन किमानों के पास

नकद रुपया न हो, वे तहसीलदार को तकावी कर्ज के लिये दर-खास्त दे सकते हैं। यह कर्ज हल्के व्याज पर दिया जाता है। तिसपर भी बहुतेरे किसान ऐसे हैं जो पैसे की कमी के कारण अपने अपने मालगुज़ार से या साहूकार से बीज उधार लेते हैं और फसल पकनेपर सवाई व्याज सहित अदा करते हैं। इन बेचारों को भारी व्याज देने के सिवाय बीज पसंद करने का भी मौक़ा नहीं मिलता। जैसा भी बीज साहूकार के बंडे या कोठे में मौजूद होता है उन्हें वैसा ही लेना पड़ता है; परंतु यदि यह बीज बोनी के लायक न हो, तो वे उसे बेच सकते हैं और बिक्री से आये हुए दामों से अच्छा बीज खरीद सकते हैं, या कमसे कम वे साहूकार के यहां से पाये हुये माल को साफ़ कर सकते हैं और बोने के पहले उत्तम उत्तम दाने चुन सकते हैं।

जो किसान निजी बीज जमा करते हैं उन्हें चाहिये कि अपने खेत की फसल में से सबसे उत्तम वालें या भुट्टे चुन लें और उन्हें बीज के लिये अलग रख छोड़ें। यदि ये सुधरी हुई किरमों से रहते हैं, तो उन्हें इनकी हिलावत करना चाहिये ताकि दूसरी किरमों के मेल से उनकी किरमों की शुद्धता में कर्क न पड़ने पाये। सबसे अच्छी वालों या भुट्टों की अलहदा उड़ावनी और गहानी की जावे और उनकी शुद्धता सावधानी से सुरक्षित की जावे। उन्हें यह ध्यान में रखना चाहिये कि यह जरूरी नहीं है कि सूब साद पाई हुई पुष्ट फसल से निकला हुआ बीज ही उत्तम होता है। उन भुट्टों को चुनना चाहिये जिनमें गैर मामूली तौरपर ज्यादा दाने हों या जिनमें कोई गैर मामूली गुण जैसे, कई कोपलों का फूटना नज़र आवे। मामूली किसान अगर अगली फसल बोने के लिये हट-पुष्ट रोग रहित दाने चुन लें, तो उन के लिये इतना ही काफी है।

## परिच्छेद ६

### “ बोनो ”

— — —

अच्छा बीज चुन लेने के बाद किसान को दूसरी फ़िक्र यह होनी चाहिये कि बीज को ठीक नीर में बोया जावे । कुछ फ़मलों को विधिपूर्वक बोने के नियम नीचे दिये जाते हैं:—

#### धान

जहाँ तक हो सके छिड़क छिड़क कर बोने के बदले रोपा लगाना अर्थात् परदा गाड़ना अच्छा तरीका है और इसी रीति का अनुसरण करना चाहिये । बिथराने के तरीके से बोने हाथ में छिड़क छिड़क कर बोने की विधि में नुक़सान होता है, क्योंकि बिथराने में प्रति एकड़ १० भेर बीज लगता है और रोपा लगाने में सिर्फ़ १२॥ भेर काफी होता है । दूसरे, बिथराने में उपज कम होती है । मोटे हिमाच में जल्दी पकने वाली और मध्य समय में पकनेवाली फ़िस्मों का रोपा तब लगाना चाहिये, जब परदा (अंकुर) चार भे पांच हफ़्तों के होजायें और देर में पकनेवाली फ़िस्मों के जब उनके परदा चार भे सात हफ़्तों के । यदि इस समय के बाद अंकुर रोपे जायेंगे तो उनमें गठाने निकल चुकेंगी और फिर कोष न फूटेंगी । परदा लगाने में यह लाभ होता है कि:—

- ( अ ) कारतकार को ज़मीन को अच्छी तरह भे कारत करने के लिये मौक़ा मिलता है जिसमें कि ज़मीन अधिक उपजाऊ हो जाती है तथा पौधों को

किया है। आधी छटाक कापर कार्बोनेट पाऊडर चौबीस सेर बीज के लिये काफी होता है। किसी मिट्टी के वर्तन में बीज को भरकर कापर कार्बोनेट को महीन पीसकर उसमें डाल देना चाहिये। फिर वर्तन का मुँह एक कागज से ढँककर उसे रस्सी से बांध देना चाहिये, फिर उस वर्तन को उल्टा कर कई बार हिलाना चाहिये। ऐसा करने से सब बीज में पाऊडर लग जायगा।

### “कपास”

अच्छी तरह धुनने के बाद भी चिनौले में कुछ रुँगे लगे रह जाते हैं, जिससे कई बीज एक दूसरे में थिपक जाने की वजह से वे बोनेवाली पोंगली में से सरलता से नहीं निकलते; इसलिये चिनौलों को बोने के पहिले विशेष रीति से चिकना कर लेना चाहिये जिसकी विधि यह है:—

बीज में गोबर मिलाकर उसे खूब घनी पिनी हुई चारपाई पर यहां तक मसलना चाहिये की उसपर गोबर का लेप चढ़ जावे और सूखने पर उसपर चिकनाइट आजाये, जिससे कि वह बोने की पोंगली में से सरलता से निकल जा सके। बोनेवाला बीज एकही किस्म का शुद्ध और चिना मेल वाला होना चाहिये।

### “मृगफली”

इसका बीज पोंगली द्वारा या हाथ से बोया जाता है। शीघ्र आनेवाली फसल जैसे छोटी जापानी या “स्पेनिश पी-नट” कभीब साढ़े तीन महीने में पक जाती है और अक्टूबर के शुरू में गाही जा सकती है। उसके बाद उभी रोत में गेहूं या कोई दूसरी रबी की फसल बोई जा सकती है और इस तरह एक माल

में दो दो फमले ली जा सकती हैं। दूसरी किस्मे जैसे,—बड़ी जापानी और “ ए० के० नं० १० ” पांच माहिने में पकती है, परंतु पैदावार बहुत ज्यादा होती है। सीधी खड़ी रहने वाली किस्मों की गहानी करना सरल है, क्योंकि उनकी फलियां मिट्टी की तह के पास ही जड़ों पर गुच्छित होती हैं और पौधे को हाथ से उखाड़ने पर जड़ों के साथ साथ उगड़ आती हैं। देर से पकनेवाली मूंगफली के फल प्रायः बढ़ने पर फैलकर छिन्नलते हैं। उनका गाहना कुछ कठिन होता है, क्योंकि उनमें फलियां दूर पर लगती हैं। उनकी गाहनी अधिक तर इस तरह की जाती है कि पहिले बेल काट लेते हैं फिर देशी हल से जमीन को जोत डालते हैं और ढीली मिट्टी में से फलियां हाथों में चुन लेते हैं।

### “ आलू ”

जमीन में अच्छी तरह खाद डालकर और जोतकर जब रूख तैयार हो जावे तब उसमें हल में पारें और नालियां पंद्रह इंच की दूरी पर बनावे। उनके बीच बीच में आड़ी गहरी नालियां पानी आने जाने के लिये दस दस फुट की दूरी पर बनावे। सींचने के मुमीते के लिये फावड़े में दस फुट लम्बे और दस फुट चौड़े टुकड़े कर लेना चाहिये। नालियों में तीन इंच गहरे गड्ढे नौ नौ इंच की दूरी पर खोदे, और आलू यदि छोटे हों तो समूचे और बड़े हों तो काटकर, प्रत्येक गट्टे में बोवे। आलू काटने में इस बात का खयाल रहे कि हर टुकड़े में कम से कम एक आँख हो। कटे हुये टुकड़ों को चूना और राख में लपेट कर और कटी हुई सतह को नीचे की ओर रखकर बोना चाहिये। बोने के बाद बीज पर सावधानी के साथ मिट्टी डालना चाहिये और औरन पानी में सींच देना चाहिये। आलू की आँखों

में से जवतक अंकुर न निकलें, तबतक वे आलू बोने के लायक नहीं होते; इसलिये टुकड़े काटने के पहिले यह देख लेना चाहिये कि बीज के आलू अंकुरित हो गये या नहीं। बड़े बड़े आलू को जैसा कि ऊपर कहा गया है, तीन टुकड़ों में काटकर बोना चाहिये और कटे हुये टुकड़ों को चूना और राख समान भाग में मिलाकर इस बजह से लपेट देना चाहिये कि जिससे उन पर कीड़ों का धावा न होसके और वे मड़ न जाय। जाड़े के दिनों में आलू का बीज नालियों में बोना चाहिये और बरमात के मौसम में पारों पर। अच्छे किस्म के बीज बोने से माल अच्छा तैयार होता है और उसके दाम भी अच्छे आते हैं।

### “ गन्ना ”

वजुर्व से यह सिद्ध हुआ है कि जो गन्ने करवरी या मार्च के महिनो में लगाये जाने हैं उनकी अपेक्षा पहिले बोनी वालो की उपज अधिक होती है। गन्ने की फसल, गन्नों के टुकड़ों (पोरो) को लगाने से पैदा होती है। कहीं कहीं समूचे गन्ने बोने का भी रिवाज है। बीज के लिये अव्यल तो अच्छे अच्छे बेरोग वाले गन्ने चुनना चाहिये और उनके टुकड़े बनाने के बाद अच्छे अच्छे पोरों बोने के लिये अलेहदा कर लेना चाहिये। ३००० पूरे गन्नों में करीब १६००० बोने लायक पोरें निकल आती है जो एक एकड़ जमीन में लगाने के लिये काफी होती हैं। एक टुकड़ा लगभग एक फुट लम्बा होता है, उसमें तीन आँखें, अर्थात् प्रत्येक गठान पर एक एक आँख, होती है। ये टुकड़े हमेशा गन्ने के ऊपरी भाग में काटना चाहिये, क्योंकि नीचे के अधे भागके पोंडे अकसर जमने में कमजोर होते हैं।

पेड़ा के गन्नों को छोड़कर, बाकी प्रकार के गन्नों को उभी जमीन में चार मान में एक बार में ज्यादा न बोना चाहिये। गन्ना

बोने के पहिले टेंचा, मन या बर्वटी की हरी फ़मल वो लेना लाभकारी होता है। इस फ़मल को अगस्त में जब वह फूलपर हो, काटकर ज़मीन में जोनकर, हरी खाद के बर्तार मिला देना चाहिये।



## परिच्छेद ७.

### पौधोंकी देखरेख या हिफाजत

यदि ऋतु अनुकूल हुई और खेत अच्छी तरह तैयार कर उसमें अच्छा बीज ठीक समयपर बोया गया तो बीज में मजबूत अंकुर निकलेंगे। परन्तु उसके बाद पौधों की वाढ़ और तरकी उनकी देखरेख और रक्षा के अनुसार होगी। पौधों के भी शत्रु होते हैं जैसे घास-कचरा, कीड़े, मकोड़े, चिड़ियां और जंगली जंतु। उन्हें भी सदा रक्षा की ज़रूरत होती है और उनका पालन भी करना पड़ता है, इसलिये जुताई बोनी के समयपर ही सतम नहीं कर देना चाहिए। हर प्रकार के फसलों को हाथ की निंदाई से, या धूलों द्वारा गुड़ाई से, अच्छा फायदा होता है। इन क्रियाओंसे निम्न घास-कचरा ही नहीं दबता, बल्कि नमी भी कायम रहती है। इसके अलावा हर किस्म की मिट्टी बारिश के बाद सूखकर पपड़िया जाती है; लेकिन बलरौनी करने पर कड़ी पपड़ी पिस जाती है और मिट्टी के अन्दर हवा आ जा सकती है, और दूसरे फलों का पानी भी आसानी से ज़मीन में प्रविष्ट होता है। हर प्रकार की फसल की शुरू की वाढ़ के समय मिट्टी के बार बार उलटने पलटने से विशेष लाभ होता है, क्योंकि उससे मिट्टी में की मात्रा पौधों के लेने लायक हो जाती है। घास कचरे से फसल को हानि होती है क्योंकि ज़मीन में पोषण के लिये जो खाद नमी और हवा रहती है वह घास-कचरा अपनी वाढ़ के लिये निकाल लेते हैं। घास-कचरे दो तरह के होते हैं:—

एक वे जो हर साल बीज में पैदा होते हैं और दूसरे वे जो मिट्टी के अन्दर मौजूद रहनेवाले जड़ों और कंदों में पैदा होते हैं। पहिले प्रकार के घाम-कूमर 'वार्षिक' कहलाते हैं, और दूसरे प्रकार के 'स्थायी'। दूध, नागरमांथा और काम दूसरे प्रकार के हैं। गर्मियों में गहरी जुलाई करके उनकी जड़ों को उखाड़कर और कड़ी धूप में सुखाकर उन्हें नष्ट करना पड़ता है। उनके निकालने का तरीका ज़मीन को तैयार करने के विषय में बतलाया गया है। वार्षिक कूमर को, फ़मल के पौधों के बीच में डोंगन या निदाट करके नाश करना पड़ता है। इस तरह की डोंगन के लिये 'होरा' और " डडिया " का, जो हलके प्रकार के बकमर होते हैं, उपयोग करना चाहिए। चंद फ़मलों की (जैसे कपाम) पकते पकते तक तीन चार बार डोंगन करना पड़ता है। और इतने ही दफ़े हाथ में निदाट करनी पड़ती है। ज्वार को इतना ज्यादा डोंगन नहीं करना पड़ना, क्योंकि उसकी ऊंची लहलहाती हुई फ़मल में ज़ेनकी ज़मीन पर छाया हो जाती है, और धूप न पाकर ज़ख़म हो जाता है। ज्वार की आगिरी निदाट करते समय नीचे की दो पोरोंमें सूखे पत्ते निकाल डालने की प्रथा है, क्योंकि ऐसा करने में हवा अधिक मिलती है और बुट्टे अच्छे भरते हैं। बनस्पतियों के रात्रुओं में कीड़े-मकोड़े सबसे अधिक घातक होते हैं, क्योंकि ये बहुत धिपकर काम करते हैं और इनके बार को रोकना मुश्किल हो जाता है। कीड़ों में कई प्रकार की इलियाँ, पत्तियों, चोंटी, दीमक, गुबगुले और टिंडू इत्यादि गिने जा सकते हैं।

कभी कभी कीड़ों के द्वारा बहुत हानि होती है; परन्तु मामूली और से भी साधारण किसानों के ध्यान न देने में कृषि करीब

कसल का दसवों हिस्सा कीड़ों के द्वारा नष्ट हो जाता है। कुछ कीड़े पत्तियाँ, बोंड़ियाँ या फूल खा जाते हैं या रस चूस लेते हैं और दूसरे कीड़े डेंडुओं या जड़ों को कोल डालते हैं या छाल को कुतर खाते हैं। यदि किसान ठीक तरीक़ीयें काम में लायें तो वे कीड़ों से बिये जानेवाले तुल्लसान को बहुत कुछ बचा सकते हैं। बहुत से कीड़े मिट्टी में अंडे देते हैं। ठीक तरीक़े से हल चलाने से ये अंडे धूप लगते ही नष्ट हो जाते हैं। बरसात से और आध-पाशी से खेत पानी से भर जाते हैं और जो कीड़े धूपकाले में मिट्टी के अन्दर या दरारों में छिपे रहते हैं, बाहर आजाते हैं। तब या तो उन्हें चिड़ियाँ धुनकर ग़ाजाती हैं या वे धूप से मर जाते हैं। कसल की अदलबदल करने में भी कीड़ों की मदद बढने नहीं पाती और वे हानि नहीं पहुँचा पाते। भिन्न भिन्न प्रकार के कीड़ों को सुराक के लिए भिन्न भिन्न प्रकार के पौधे चाहिये। यदि एक ही प्रकार की फ़सल हमेशा उभी ज़मीनपर बोई जावे तो उस फ़सल पर खरनं धाले कीड़ों को हमेशा अपनी रुचिके अनुसार भोजन मिलता रहता है; परन्तु यदि बीच में कोई दूसरी फ़सल बोई जावे जो उन्हें रुचिकर न हो तो या तो वे भूखे मर जाते हैं या उन्हें किसी दूसरी जगह जाना पड़ता है।

चूँकि खाद देने से पौधे हष्ट शष्ट होते हैं, इस लिये वे कीड़ों से भी अपनी रक्षा कर सकते हैं। अंडी की ग़ली ज़मीन कुछ ग़ादों में भी कीड़े भाग जाते हैं। निदाई और खन्द जुताई करने में भी फ़सलों के शत्रु-कीड़ों की बाढ़ में रुकावट होती है। धान का कीड़ा धान पर रहता है और जंगली घासों पर भी। यदि खेत की घंघियाँपर ये घास उगने दी जायें तो उन में रहने वाले

को टीन के टुकड़ों के दोनों तरफ़ लेपन करदो। जब इस टीन के टुकड़े को कीड़ों से लदे हुए गन्ने के उपर हिलाओगे, तो कीड़ों में हलचल मच जावेगी और वे उड़कर उस टीन के टुकड़े के उपर चाँकी में चिपक जायेंगे। इस उपाय की आजमाइश ग्वेती के मुहकमें वालों ने मध्यप्रान्त में की है, और कीड़ों को शीघ्र नाश करने के लिये इस उपाय को बहुत ही कारगर पाया है। गन्ना का एक हानिकारक कीड़ा एक प्रकार का टिट्टा होता है जो कि पौधों की पत्तियों को अधिकतर खाता है और इस तरह भे फसल को बहुत नुकसान पहुँचाता है। इन टिट्टों को पकड़ने के लिये एक बोरे को काम में लाओ जिस के मुँह की चौड़ाई पाँच या छह फुट हो और जो पीछे की तरफ़ सकरा होता चला गया हो। दो घोंस के टुकड़ों को इस बोरे के मुँह पर बाँध दो, जिस से कि दो आदमी [ एक-एक प्रत्येक ओर ] घोंस के सिरों को पकड़ कर आसानी से बोरे को खेत में जहाँ कीड़े लगे हों उस स्थान पर ले जा सकें। इसे ले जाते समय इस के मुँह को खुला रखें और नीचे के सिरे को ज़मीन में जितना हो सके उतना नज़दीक रखें। यदि यह बोरा हवा के विरुद्ध चलाया जावे तो आदमियों के चलने से बोरे के घसिटने में पत्तियों में हलचल पैदा हो जावेगी और टिट्टे पौधों में कूद कर हवा के बहाव के कारण बोरे के अन्दर घुस जावेंगे। जब बोरा भर जावे तो उन कीड़ों को मारकर ज़मीन में गाड़ देना चाहिये।

“ इन्द्रबेला ” एक छेद करनेवाले कीड़े का नाम है जो कि मन्तरे के पेड़ों को बहुत नुकसान पहुँचाता है। यह बिड़ी और बाहू पर भी धावा करता है। यह पेड़ में मृगम्व बनाकर उमी में

रहता है। माधारणतः किमी डाल के कोने में छंद बनाना है और उमी में दिनभर रहकर रान को छाल म्याने के लिये चाहर आता है। जय छाल में कीड़े का रोग फैल जाता है तो पेड़ की शक्ति नष्ट हो जाती है और इस की उपज भी कम हो जाती है। भाग्यवश इम हानिकारक कीड़े को बश में करना बहुत मरल है थोडासा कारबन बाई सलफाइड किमी सरकारी फार्म में या किमी केमिस्ट की दूकान में खरीद लो। यह दवा बिना रंग की एक पास देनेवाली द्रव पदार्थ है जो बहुत जल्दी भाप बनकर उड़ जाती है और आग पकड़ती है। इस लिये इसे बंद बोतल में रखना चाहिये। और इम के नजदीक कोई रोशनी या आग (कोई मुलगाई हुई चुरट और मिगरेट भी) नहीं लाना चाहिये। इम द्रव पदार्थ में रुई का एक पहला तर कर के कीड़े की बनावट हुई मुरंग में घुमेड़ दो, और कीचड़ में उम के मुँह को बंद कर दो। छाल का वह भाग जो ग्रा डाला गया हो, मिट्टी के तेल में डुबाए हुए एक चियेड़े में रगड़ दो, जिस में कि उम भागपर जो रेशम के समान जाली पड़ गई है वह निकल जाय। इम प्रकार वह कीड़ा कुछ मंकेड में मर जायगा, और फिर पेड़ को कोई क्षति न हो सकेगी। एक पाँड कारबन थाइसल्फाइड की बोतल (मिर्क २) रु० में मिलती है, और करीब १०० छेदों में डालने के लिये कारी होती है।

लालरंग का एक कीड़ा कपाम को बड़ा नुकसान पहुँचाता है। वक्पन में इल्ली की शक्ल का होता है और कपाम की बॉडी में घुस कर बीज को म्याने लगता है। ऐसे पेड़ की रुई भी खराब हो जाती है। जिस बिनोलेपर इमका आक्रमण होता है उस

के तेल का परिमाण भी कम हो जाता है। यह कीड़ा एक कपामी फसलमें आगे आनेवाली कपामी फसल में बिनाले के द्वारा पहुंच जाता है। गरमी भर यही कीड़ा डूली की हालत में, जिसे लार्वा कहते हैं, बिनाले के भीतर छिपी रहता है। जब वर्षा आरम्भ हो जाती है तब एक हफ्ते में नौजवान कीड़े की दशा में बाहर निकलता है और नई फसलपर आक्रमण करता है। सब से अच्छा और सरल तरीका इस हानिकारक कीड़े को नष्ट करने का यह है कि बनेके लिये रखे हुये बिनाले को मई महीने के दूसरे या तीसरे हफ्ते में, जब कि खूब कड़ी धूप पड़ती है, ज़मीन के ऊपर फैला दो। बिनाले को खूब पतला फैलाओ और उनको बार बार उलटते रहो जिससे उनके प्रत्येक भागको कमसे कम दो घंटे तक सूर्य की तेज़ धूप लग जाय। इस से बिनाले के अन्दर जो लार्वे होंगे वे मर जायेंगे और बिनाले की जमने की शक्ति भी न घटेगी। जो बिनाले तेल निकालने के लिये या जानवरों को खिलाने के लिये रखे हों उन्हें भी इसी तरह सुखाना चाहिये। ग़र सरकारी लोगों को, जो ग्रामोद्धार के कार्य में दिलचस्पी रखते हों, चाहिये कि वे गांव वालों को इस तरीके को अमल में लाने के लिये समझावें। उस में कोई खर्च भी नहीं लगना और फसल की उपज तो अवश्य बहुत बढ़ जाती है।

ऊपर बतलाये हुये कीड़ों के अलावा जो कि आंश में नज़र आते हैं बहुतसी ऐसी फूँड़े होती हैं जो कि पौधों के अघार पर रहती हैं। इनमें से कान्ही या कजली का ज़िक्र उपर किया गया है जो व्याघ्रानर, जंग, गंदू, गजग, गप्पा इत्यादि पर बार

तौर पर पसंद करती है, जिसको वह बड़े चावसे खा जाती है। ये चिड़ियां इतनी ज्यादा संख्या में आती हैं कि यदि किसान ज़रा भी असावधान हुआ तो उसके खेत में केवल कड़वी और फुकली के और कुछ नहीं बचता। पकती हुई फसल की रक्षा के लिये किसानों को ये चिड़ियां खाली टीन बजाकर या गोफन द्वारा भगानी पड़ती हैं। उन्हें अपनी फमल की रखवाली सूर्योदय से सूर्यास्त तक करनी पड़ती है।

यह जानकर आश्चर्य होगा कि चूहे भी उन जीवों में से हैं जो फसल को बहुत नुकसान पहुँचाते हैं। ये फसल जिनपर कि वे अक्सर आक्रमण करते हैं गेहूँ, चना, मक्का, गन्ना और ज्वार हैं। फसल को खेत के चूहों में बचाने के लिये ज़हर या धुएँ (अथवा गैस) का प्रयोग किया जाता है। धुएँ या गैसके प्रयोग के लिये एक ख़ाम यंत्र की ज़रूरत होती है जो कि ७५) रु. में मिलता है। इस यंत्र को काम में लानेके लिये और धुआँ के प्रयोग की विधि भाँखने के लिये कृषि विभाग के एक उच्च कर्मचारी से सलाह लेना परमावश्यक है। रहगया ज़हर का उपयोग, मो इसके लिये निम्नलिखित रीति काम में लाना चाहिये:—

२॥ छटाक कुचला के बीज बारीक काट डालो और देरतक उनको पानीमें उवालो जिसमें कि उनका ज़हर पानीमें निचुड़ आवे। पके हुए बीजों को फेंक दो और अर्क को अलग रखलो। दो सेर शक्कर का गाढ़ा सॉस करीब आधा सेर पानी में उवाल कर तैयार करो। इसमें कुचला के अर्क को मिला दो और १५ सेर पहिले से भिगाये हुए चने या गेहूँ को इसमें सुखा दो अर्थात् इनके -दानों को करीब १२ घंटे तक इसी घोलमें पड़े रहने दो।

यह अनाज करीब ४५० बिलों के लिये काफी होगा। इस ज़हरीले चाग्मे से आधी आधी छटांक लेकर प्रत्येक बिल में निममें चूहे गहत हो डाल दो और बिलों के मुहों को बन्द कर दो। यह जानने के लिये कि बिलमें चूहे हैं या नहीं मघ में मरल तरीका यह है कि एक शाम को सब बिलों को बन्द कर दो और जो प्रातःकाल खुले हुए दिखें उनमें ममझ लेना चाहिये कि चूहे जरूर हैं।

अन्नमें, जिन जानवरों से फमलों का बहुत नुकसान पहुँचता है वे बनैले पशु हैं। जंगल से मिले हुये हिस्सों में खास तौर में जंगली जन्तुओं द्वारा बहुत नुकसान होता है। उन के बार में गेतों की रक्षा तार की घनी बागुड़ द्वारा की जा सकती है; परन्तु यह छोटे छोटे किसानों की ताकत के बाहर होता है। जो लोग डम का खर्च बर्दाश्त कर सकें, उन्हें बन्दूक का लाइसेन्स हासिल कर लेना चाहिये। इन लाइसेन्सों के लिये दी जाने वाली दरखास्तों पर स्टॉप नहीं लगता और वे तहसील के छोटे माहेब ( हाकिम परगना ) के पास दी जाती हैं और वह लाइसेंस प्रदान कर सकता है। जंगली जानवरों के, और खामकर जंगली सुबरो के, मारने में कई किमान मिल कर हांका बगैरह करें तो ज्यादा कामगिर होता है बनिम्यत डम के कि दो चार शिकारी कभी कभी अलग अलग कोशिश करें। बन्दूकें न हों, तो फटाकों में जंगली जानवर भगाये जा सकते हैं; परन्तु वे भागकर किसी दूमेरे खेत में घुस जाते हैं, डम लिये उन के मारने का प्रयत्न करना चाहिये।

फमलों के पक जाने पर उन्हें काटना, दाऊनी करना ( दोबना ) और उड़ावनी करना पड़ता है, तब ये चिकी के लिये

बाज़ार में लाने लायक होती हैं, ये सब काम ठीक समय पर ही नहीं करना होता बल्कि किसानों में भी करना चाहिये और किसानों में भी हो सकती है, जब कि मजदूरों पर कड़ी नज़र रखी जाय और मेहनत बचाने वाली युक्तियाँ काम में लाई जायें ।

चंद मशीनें जो महंगा भी नहीं होतीं और जिन की उपयोगिता मरबूत हो चुकी है, मेहनत बचाने के लिये खरीदने से फायदा होता है । ऐसी मशीनों में से कुछ नीचे लिखी जाती हैं—

काटने की मशीन या चारा काटने की मशीन । बिना-हंग या गेहूँ उड़ाने की मशीन । गन्ने को पेरने की मशीन या कोल्हू । इत्यादि ।



## परिच्छेद ८.

### “ मिचाई ”

---

कई वर्षों में भारतवर्ष के कुछ भागों में वर्षा बहुतही असामयिक होती आरही है और सूखे और वर्षा दोनों फसलों के लिये आवश्यक समय पर वर्षा ने लोगों को निराश कर दिया है। जब वरमात काफी होती है, तब मिचाई की ज्यादा जरूरत नहीं होती, परंतु जब वरमात कम होती है, तब कृत्रिम उपायों द्वारा खेतों को रींचने के लिये प्रबंध करना आवश्यक हो जाता है। गवर्नमेंट ने कुछ स्थानों में खेतों को रींचने के लिये साधन बनाये हैं और किसानों को उनमें लाभ उठाना चाहिये, जिसमें कि वे अपने फसलों की रक्षा तथा उन्नति कर सकें। परंतु उन स्थानों में जहाँ पर कि गवर्नमेंट ने रींचने के साधन नहीं बनाये हैं और जहाँ मुमकिन हो, वहाँ मालगुज़ार और किसानों को चाहिये कि रींचने की सुविधायें कुयें और तालाबों के द्वारा पूर्ण करें, क्योंकि हममें संदेह नहीं कि बिना मिचाई की अपेक्षा मिचाई का प्रबंध करने में कृषि में अधिक उन्नति होती है।

रोपा लगाये हुये धान को यदि रींचा जावे, तो उपज साधारण धियामी फसल से तिगुनी होगी। रींचे हुये रोहू में बिना रींचे हुये रोहू की अपेक्षा अधिक फसल पैदा होती है। मिचाई करने से नीची श्रेणी की ज़मीन में भी अधिक गम्भीर फसले प्राप्त की जा सकती हैं।

कुर्यं और नालाब खुदवाना साधारणतः जनता ही का व्यक्तिगत काम है; परंतु गवर्नमेंट से भी इस काम के लिये बड़ा रकम तकावी के रूप में मिल सकती है। नहर विभाग और कृषि विभाग के कर्मचारी सदा जमींदारों को अपनी सलाह से मदद देने के लिये तैयार रहते हैं। जबकि सरकारी कर्ज द्वारा सींचने का कोई साधन बनाया जाता है, और उसकी मदद में जमीन की पैदावार बढ़ जाती है, तो भी उस जमीन पर आइन्दा बंदोबस्त होने तक इजाफा लगान नहीं किया जाता।

बहुतसी जगहों में कुओं में आवपाशी करने की प्रथा प्रचलित है। नदियों के किनारे जहाँ पर कि जमीन हलकी होती है और जहाँ नीचे पानी का प्रभाव काफी होता है, वहाँ प्रायः कुएं से ही आवपाशी होती है। परंतु कुएं अक्सर कच्चे ही खोद दिये जाते हैं जिसमें उन्हें प्रत्येक साल गेदना पड़ता है। इनके पक्के बना लेने से बहुत सुभीता होता है और हरमाल खुराद का खर्च और दिक्कत मिट जाती है। पानी निकालने के लिये प्रायः चमड़े की मोट इस्तेमाल की जाती है। जहां सम्भव हो, पम्प, रहट तथा “पावर-लिफ्ट” का प्रचार करना चाहिये जो कि चमड़े के मोटों में कहीं अधिक अच्छे हैं।

रहट और पम्प कृषि विभाग के द्वारा खरीदना चाहिये। कम से कम कृषि विभाग की सलाह अवश्य ही लेना चाहिये जिससे कुएं में पानी की गहराई, सींचे जाने वाले गेहों का क्षेत्रफल और बोई जानेवाली फसलों इत्यादि का विचार करके सबसे अच्छा पानी निकालने का साधन संचक निश्चित किया जावे।

## परिच्छेद ९

“ साग भाजी की गेती ”

एक एकड़ पीछे बगीचे की गेती में जो लाभ होता है, वह मामूली मूखी गेती के लाभ से कहीं अधिक होता है, इस लिये राहों के नज़दीक जहाँ कि तरकारी भाजी की मांग अच्छी हुआ करती है, साग भाजी के विधि पूर्वक पैदा करने का प्रयत्न करना चाहिये। मामूली तौर से देहात में लोग साग भाजी पैदा करने के तरीके को अच्छी तरह समझते हैं और कई जाति के लोग जैसे काछी और माली तो देशी तरकारी पैदा करने में सिद्ध ही नहीं होते, बल्कि आज कल वे फूलगोभी, पत्तागोभी, नोलगोल, टमाटर इत्यादि को पैदा करने के तरीकों को भी भली भाँति समझते हैं। फिर भी नानिबियों के लिये नीचे दिये हुये साधारण नियम उपयोगी सिद्ध होंगे।

( अ ) हर प्रकार के छोटे बड़े बीज जैसे चौड़ी सेम के, जिन के छिलके रखे रखे मखन हों गये हों, यदि वे सूखी मिट्टी में बो दिये जावें, तो बहुत देर में अंकुर देंगे; इस लिये बोने के पूर्व उन्हें आरह घंटे गरम पानी में भिगा लेना बेहतर होता है।

( ब ) उन तरकारियों के लिये जिन का बीज छरां देकर बोया जाता है, चार चार फुट चौड़ी ब्यारियों

यना लेना चाहिये और क्यारियों के बीच में एक फुट चौड़ा रास्ता छोड़ना चाहिये जहाँ से कि पाँधों तक पहुँच हो सके और उन की निंदाई मिचाई हो सके ।

( म ) क्यारियों की मिट्टी को खूब खोद कर, बिलकुल फोड़ डालना चाहिये और उस में अच्छी तरह खाद मिला देनी चाहिये ।

( ङ ) यदि गमलों और छिस्तीयों का उपयोग किया जाय तो सब में उन्नम खाद यह होगा:—

१ हिस्सा मड़ाये हुए पत्ते

१ हिस्सा मामूली धान की मिट्टी और

१ हिस्सा धारीक रेत

सब अच्छी तरह मिश्रित करके इस्तेमाल करे ।

( ण ) धोते समय मिट्टी सूखी और धूल मरीची नहीं होना चाहिये, बल्कि बोन के एक दिन पहिले उसे खूब साँचकर गीली और नरम कर लेना चाहिये ।

( फ ) पोंगली द्वारा लादन में बोनी करने से मिचाई में सुविधा होती है । परन्तु यदि बीज का छर्ग छोड़ना हो, तो उसमें त्रिगुली धारीक सूरी रेत पहिले मिला लेना चाहिये । ऐसा करने से वह बीज क्यारी भर में बराबर फैल जाता है ।

( ग ) बोनी करने के बाद थोड़ा पानी हज़ारे से सींचना चाहिये । इसके बाद ज़बतक अंकुर न फूटे, तबतक मिट्टी को बराबर तर रखो । वेहान में पैदा की जानेवाली बाग की फ़मलो में मिर्चा और प्याज़ की ज्यादा चलन है ।

अच्छे बहाववाली काली ज़मीन मिर्च के लिये उत्तम मसभौ जाती है । ज़मीन को गर्मी के दिनों में मीधे और आड़े जोत डालना चाहिये और फिर बग़र डालना चाहिये । यदि ज़मीन कच्चा न हो तो उसमें एकड़ पीछे करीब तीस गाड़ी खात छोड़ना चाहिये और फिर बग़र में बग़र देना चाहिये । 12427

तम्बाकू की गेती की तरह रोपा या रग तैयार कर लेना चाहिये और मट्ट के महीने में एक एकड़ पीछे अट्ठाई पाव के हिमाव में बीज बो देना चाहिये । जब अंकुर पांच छः हफ़्ते के और चार य. छः इंच ऊँचे होजावे, तब उन्हें रोप देना चाहिये ।

जिम रोज़ दलता दुपहर में फुहार पड़ रही हो या बदलो छाई हो, उस दिन रोपा लगाना चाहिये । रोपे मीधी क़तारों में बीम बीम दूंच के अंतर से लगाना चाहिये । ऐसा करने में बैलों द्वारा आड़ी खड़ी बख़रौनी करते बनता है ।

क्यारियाँ का बहाव अच्छा होना चाहिये क्योंकि अधिक पानी रहने से मिर्च को हानि पहुँचती है । मिर्च की कीमत उसकी चिरपिराहट के कारण होती है । इसलिए मिर्च ज्यादा चिरपिरी जानि के बीज को खेतों मुहक़मों की मिफ़ारिश के अनुसार पसंद करके बोना चाहिये । मिर्च कई रंग की होती है जैसे:—मैदुरी,

पीली, गहरीलाल और प्रायः काली । ज्यादातर लाल किस्मों के दाम अच्छे आते हैं ।

मामूली तौर से मिर्च सिर्फ बरसात में पैदा की जाती है; परंतु यदि आवपाशी का प्रबंध हो, तो बारहों महीने उगाई जा सकती है । खेती मुहकमें ने सिंचाई वाली और बिना सिंचाई वाली दोनों प्रकार की अच्छी जातियां तैयार की हैं । उन्हें मंगाकर आजमाओ ।

प्याज बहुधा करेला, मेथी, धनिया इत्यादि दूसरी फ़सलों के साथ फेरी में पैदा की जाती है । वह अक्टूबर में खूब खाद दी हुई ७।। फुट लम्बी, ७।। फुट चौड़ी क्यारियों में बोयी जाती है । हर पांचवे छटवें दिन सिंचाई की जाती है और दो महीने बीतने पर पत्ते हंमिया से काटकर बेच डाले जाते हैं । प्याज के कांदे जतबरी में चार चार इंच के अंतर से रोप दिये जाते हैं । मई में फसल काटने के लिये तैयार हो जाती है और कांदों को या तो हाथ से उखाड़ लिया जाता है या खुरपी से खोद लिया जाता है । प्याज की दो जातियां होती हैं, सफ़ेद और लाल । सफ़ेद तरकारी के लिये, तथा लाल कच्ची खाने के लिये अच्छी होती है ।



## पारिच्छेद १०

### “ फलों की काश्त ”

पिछले परिच्छेदों में साधारण कृषि के सुधार के विषय में सलाह दी गई है, लेकिन कुछ उत्साही किसान जिनके पास पैसा है वे अवश्य चाहेंगे कि वे साधारण खेती की फसलों के अलावा कुछ फल और शाकभाजी पैदा करके अपनी आमदनी की बृद्धि करें। इसमें शक नहीं कि फल की खेती महंगी होती है, क्योंकि आरम्भ में बगीचा लगाने के लिये कुछ लागत की ज़रूरत होती है और विक्री के लायक फल कई सालके बाद पैदा होते हैं। अलावा इसके साधारण किसान को अच्छे फिस्म के पौधे पसंद करने में, उनको बिधि पूर्वक लगाने में, उनकी ठीक वक्त पर छटनी करने में, कलम बांधने आदि बातों में दिक्कत मालूम पड़ती है; साथही साथ अधिकतर फल और शाक के लिये अच्छे दाम देनेवाले खरीददार कम मिलते हैं और यदि बगीचा बाज़ार से दूर हुआ तो माल की दुलाई करने की सुविधाएँ भी नहीं मिलती। परंतु यह देखते हुये कि बड़े बड़े शहरों में उत्तम तरकारी और फल की माँग तेज़ी से बढ़ती जा रही है, कोई यत्न नहीं है कि थोड़ा पैसा, थोड़ी बुद्धि और व्यापारिक चतुराई रखनेवाला ऐसा व्यक्ति, जिसके पास शहरों के पड़ोस में ज़मीन हो, बड़े पैमाने में बाग़ की खेती करके बहुतसा लाभ न उठा सके। घनी खेती करने के लिये गहरी उपजाऊ ज़मीन व खाद की बहुतायत और सींचने के लिये काफी पानी के प्रबंध की ज़रूरत है। जहाँ ये सामग्री सुलभ हों, तो किसान की माली हालत साधारण ग़लों के बदले आधी या पूरी बाग़ की खेती करने से

बहुत कुछ तरक्की कर सकती है। परंतु पूरा पूरा लाभ उठाने के लिये यह बहुत आवश्यक है कि उसकी ज़मीन अलग अलग टुकड़ों में विभाजित न हो; अर्थात् पूरा गेह एकही स्थान पर हो और उस गेह का किमान बर्दा पर नक़्कान बनाकर रहे जिससे वह एकती हुई फसल की निगरानी और रक्षा भली भांति कर सके। फल की रोती के लिये तीन से छः एकड़ तक रक़बे में बाग़ का काम आरम्भ कर देना काफी होगा। बाद को जैसे जैसे अनुभव तथा निजी पूंजी की बढ़ती होती जाये, वैसे वैसे बाग़ का शक़ा बढ़ाया जा सकता है। जबतक फल की फसल न आवे तब तक बाक़ी ज़मीन में भाजी तरकारी और दूसरी फसलें पैदा की जा सकती हैं।

यद्यपि इस देश में ममशीतोष्ण वायु हवा होने के कारण कई प्रकार के फल पैदा किये जा सकने हैं, तथापि आरम्भ केवल उन फलों से करना चाहिये जिनकी बिक्री अन्ध्रा हो, जैसे संतरा, आम, नींबू, बिही, ज़ेला, कटहर इत्यादि। सरकारी खेती का मुहक़मा ऐसे विषयों पर सलाह देने के लिये सदा तत्पर रहता है। इसलिये बाग़-बानी का इरादा करनेवाले किसान को इस सलाह से लाभ उठाना चाहिये। बाग़ लगाने के पहले इस बात का विचार करना चाहिये कि जो खेत चुना जाय उसकी किस्म ज़मीन फलदार दरख़्तों के लिये मौजू है या नहीं। बहुतसे खेतों की ऊपरी सतह की मिट्टी तो उपजाऊ दिखती है लेकिन कुछ दो कुछ के नीचे उन के मुरम रहती हैं और बहुत से खेतों में पानी का बहाव ठीक नहीं रहता। बाग़ के लिये ठीक खेत का चुनाव करके उसमें दो एक कुछ ऐसे हिस्सों में खोद लेना चाहिये कि जहाँ में खेत के कोने कोने की सिचाई सरलता पूर्वक की जा सके। खेत की रक्षा के लिये इसके

ग्रामपाम की सीमा पर बागुड़ लगा देने की चाहिये और कुओं पर पानी खींचने के लिये माकूल माधन का प्रबंध करना चाहिये । चूंकि इस देश में २५ फुट से कम गहरे कुएँ बहुत थोड़े होते हैं इसलिये उन पर पंप या रहट घेठा लेने में अंत में कायदा ही होता है । ये फले किन्हीं भी मरफारी फार्म के मार्फत या भीधे क्लिंटोम्कर कम्पनी या उन्ही तरह की दूमरी दुकानों में मंगवाई जा सकती हैं, । परंतु यदि निचाई करनेवाला रकबा छोटा हो तो एकहरी या दोहरी मोट ही लगा लेना काफी होता है । चमड़े की मोट से लोहे की मोट जिसके दाम लगभग ५) रु. होते हैं, अधिक उपयुक्त होती है, कहां कि ज्यादा टिकाऊ होती हैं और हर वक्रे में पानी भी ज्यादा भरती है । जय यह तय हो जाये कि कौन प्रकारके वृक्ष लगाना है, तो खेत को क्यारियों में बांट देना चाहिये । क्यारियों के बीच बीच छोटी छोटी मेड़ें रखना चाहिये और रास्तों के किनारे थोड़ी ढालवाली नालियां बना देने चाहिये । नालियां इस तरह बनानी चाहिये कि जय चाहें तब खेत की किसी भी क्यारी में पानी पहुंचाया जा सके । बड़े बगीचे के लिये जहां तक हो सके उत्तर-मुखी ज़मीन चुनना चाहिये जिसमें फलों के दरख्तों के अलावा और दूसरे वृक्ष न हों । यदि वन मके नो सरहद्दी दीवाल उठाये, नहीं तो मज़बूत तार ही बांध दे या करैंद्री की बागुड़ लगाये । इस दीवाल या बागुड़ के किनारे किनारे बड़ी जानिके, परंतु मामूली फलों के, पेड़ लगाये; जैसे जामुन, कदहल इत्यादि । फेर बगीचे के अंदर और चारों तरफ इन बड़े पेड़ों के अंदर अंदर आठ फुट चौड़ा रास्ता बनाना चाहिये जो और ज़मीन से करीब एक फुट ऊपर उठा हुआ हो इस रास्ते के दूसरे किनारे पर कम से कम तारा बारा फुट के फामले पर छोटी

जाति के पेड़, जैसे बिही, सीताफल, चकोतरा इत्यादि लगावे। यह रास्ता पेड़ों की दोनों कतारों के बीच में हमेशा टहलने के लिये सुहावनी होगा। बाकी ज़मीन में चौके काट लेना चाहिये जिनके बीच बीच में आठ फुट चौड़े रास्ते हों। जितनी लम्बी चौड़ी ज़मीन होगी उसी के अनुसार छोटे या बड़े और थोड़े या बहुत चौक होंगे। हर एक चौक में एक एक ही जाति के पेड़ लगाना चाहिये; एक ही चौक में संतारा और आम के पेड़ों को नहीं मिलाना चाहिये। हर भिन्न प्रकार के पेड़ एक ही स्थान में एकत्रित रहने से उनकी देखरेख करने में बहुत सुविधा होती है। इस बात की बहुत सावधानी रखनी चाहिये कि पेड़ बहुत पास पास न लगाये जायें।

यह बात हमेशा ध्यान में रखनी चाहिये कि शुरु में नीध ढालते समय जितनी सावधानी की जायगी अंत में उतनी ही सरलता होगी। इस वास्ते तीन तीन फुट लम्बे चौड़े और तीन तीन फुट गहरे गड्ढे खोदना चाहिये और खास तौर से तैयार की हुई उत्तम उपजाऊ मिट्टी से उन्हें पूर देना चाहिये। शुरु में ऐसा करना महंगा जरूर पड़ेगा, परंतु अंत में इस मिहनत और खर्च की अदाई मूल से ज्यादा हो जावेगी। मामूली बड़े बगीचे में आम, संतरा, सीताफल, बिही, सपोटा, (चीकू) केला, कटहल, पपीता इत्यादि रुचि अनुसार बोना चाहिये। पेड़ों को पसंद करते समय इस बात का ध्यान रहे कि उत्तम से उत्तम जाति के पेड़ चुने जावे। आम और अमरुद के पेड़ों की पसंदगी खास खबरदारी से करनी चाहिये। अच्छी जाति के पेड़ चुनने में कुछ अधिक दाम जरूर देने पड़ेंगे, क्योंकि इन पौधों को

कभी कभी बाहर से मंगाना पड़ता है, परंतु बाद में देखरेख का खर्च उतना ही पड़ेगा और जबतक पेड़ जीवित रहेंगे तबतक सदैव इन पेड़ों के फल से अधिक आमदनी का ज़रिया रहेगा ।

जिन फलों की ज्यादा मांग होती है उन की खेती के विषय में कुछ हिदायते नीचे दी जाती हैं:—

### आम

वे पेड़ जो चीज से उगाये जाते हैं अच्छी खासी ऊंचाई पर पहुंचते हैं; अतः इन्हें एक दूसरे से ३० फुट की दूरी पर लगाना चाहिये । वे धाग के लिये बहुत ठीक नहीं रहते इस लिये उन्हें अमराई में या सड़कों के किनारे लगाना चाहिये । धारा में कल्मी आमों के पौधे कम से कम २५ फुट के अंतर पर लगाना चाहिये । नीचे लिखी हुई किरम चुनने के काबिल है:—नागिन, अलफोंजो (हापुस) प्यारी, लँगडा, मोहन भोग व सफेदा । इन्हें विश्वासनीय धारा से प्राप्त करना चाहिये । दूसरे सब प्रकार के फलों के दरख्तों के समान आम को भी नवम्बर के महीने में दो तीन हफ्तों के लिये आसपास की मिट्टी हटाकर जड़ों को खोल देने से बहुत लाभ होता है । अगले महीने में जड़ों को खूब खाद देकर ताज़ी मिट्टी से ढाँक देना चाहिये न कि उसी मिट्टी से जो कि हटाई गई थी । इसी तरह अप्रैल के महीने में जब कि फल बाढ़पर रहता है पौड़ के आसपास मिट्टी को पानी या गीले खाद से खूब तर करने से अच्छा फायदा होता है । मामूली तौर से आम साल में दो दफे बढ़ता है : एक फरवरी के अंत में और दूसरे जुलाई में । कभी कभी अक्टूबर में तीसरी बाढ़ होती है, परंतु जब ऐसा होता है तब आगामी फरवरी में फल नहीं आता ।

## संतरा

इस पेड़ के लिये सब से अच्छी ज़मीन गहरी चिकनी मिट्टीवाली होती है जिस में ह्यूमस खूब हो। संतरा बीज से नहीं उगाया जाता। पहिले गर्मियों में मीठा नीबू या जंभीरी बोकर पौधे उगाये जाते हैं। जब अंकुर आठ हफ्ते के हो जावें तब उन्हें उखाड़कर नर्सरी क्यारी में रोप देना चाहिये। उन्हें रोढ़ने वक्त खुरपी को उनके पास कम से कम चार इंच तक गाढ़ना चाहिये और उनकी जड़ों को सावधानी से गोल मरोड़कर नर्सरी में ले जाना चाहिये। नर्सरी की ज़मीन को खूब अच्छी तरह तैयार करना चाहिये और उसमें सड़ी हुई खाद ज्यादा मिश्रण में डालनी चाहिये। पौधे कम से कम १८ इंच की दूरी पर रोपना चाहिये और उतना ही फासला दो क्रतारों के बीचमें रखना चाहिये। जब पौधे साल देढ़ साल के हो जावें तब उनपर, जितना अच्छा मिल सके उतने अच्छे, नागपुरी संतरे की कली बांधना चाहिये, कली बांधने का काम जो, कि आसानी से सीखा जा सकता है, नवम्बर या दिसम्बर में करना चाहिये।

कली लगाने के बाद उसके आसपास केले के बल्कल की पट्टी मजबूती से बांध देना चाहिये। इस पर ध्यान रहे कि कली में हवा तो लगती रहे, परंतु उसका अंदरूनी हिस्सा गूदे से बिपका रहे। फिर पौधे की कुनगी कली लगाये हुये स्थान से करीब एक फुट ऊपर से काट देना चाहिये। यदि कली ठाँक तौर से लगाई गई है तो एक हफ्ते में उसमें थोड़ा नज़र आना चाहिये। इस थोड़े को और तेज करने के लिये पौधे की कुनगी एक दूकें फिर काट देना चाहिये जिससे कि कली के ऊपर सिर्फ दो इंच डबुआ रह जाय।

कली लग जाने के बाद पौधे को कम से कम ६ से १२ महीने तक नर्सरी में रहने देना चाहिये । इसके बाद उसे दूसरी जगह रोप सकते हैं । नर्सरी में पौधा उठाने का सबसे अच्छा तरीका यह है कि उसके आसपास की मिट्टी को तिरछी खोदे जिससे कि पीड़ भौरे के आकार में मुख्य जड़ों सहित उठ आवे । फालगु जड़ों को तेज़ कैची से कतरकर बराबर कर देना चाहिये । इसके बाद पौधे को उठाकर मिट्टी के लोदे को टाट के टुकड़े में कम के बांध देवे ।

बाग के अंदर पेड़ों को अठारह अठारह फुट के अंतर से लगाना चाहिये । चार पांच बरस तक, जब कि ये पेड़ पूरी तरह से बढ़ने हैं, उनके बीच की ज़मीन में मूंगफली, मिर्च, पत्तागोभी, मटर, इत्यादि की फसलें ली जा सकती हैं ।

### बिही या अमरुद

बरसात में आसानी से बीजों से अंकुर पैदा किये जा सकते हैं; परंतु वे अच्छे किस्म के निकलें इसका भरोसा होने के लिये बहुधा डब्बा बांधने का तरीका काम में लाया जाता है । पौधोंको करीब पन्द्रह फुट की दूरी पर लगाना चाहिये । होशंगाबाद और विलासपुर जिलों में अच्छी जाति के अमरुद पैदा होते हैं । अलाहाबाद के अमरुद स्वाद के लिये प्रसिद्ध हैं और जहांतक हो सके उन्हें प्राप्त करना चाहिये । अमरुद की खेती में कोई खास ज़रूरत नहीं पड़ती और वे हरप्रकार की ज़मीन में बनप जाते हैं ।

### सपोटा

इसका पेड़ संतरे के पेड़ के बराबर होता है परंतु उसकी पत्ती इतनी सुंदर होती है कि केवल उसी कारण से उसे हर बगीचे में स्थान देना चाहिये । खिरनी के ऊपर कलम लगाकर इसके पेड़ पैदा

किये जाते हैं। और अच्छी अच्छी कलमें महाराज द्वारा नागपुर से मिल सकती हैं कम से कम १५ फुट की दूरी पर पेड़ों को लगाना चाहिये। इस पेड़ में साल में दो बार फल लगता है; एक दफे अगस्त में जब कि फल अधिक कीमती नहीं होता और दूसरी दफे फरवरी या मार्च में। यद्यपि इसके फल की रखत अधिक नहीं होती तो भी दाम अच्छे आते हैं।

### केला

केले को भारी ज़मीन बहुत पसंद होती है। पौधों को तीन फुट चौड़ी और १ फुट गहरी नाली में ६ से ८ फुट के अंतर पर लगाना चाहिये, और थोड़े समय पर ताज़ा गोबर डालते रहना चाहिये और सूख पानी देना चाहिये। हर पौधे में तीन से अधिक तने न रहने देना चाहिये और "कॉपल्" को जो सदा निकलते रहते हैं, ज्योंही निकलें त्योंही छांट डालना चाहिये; क्योंकि इस में कभी फिर दुबारा फल न लगेगा। परंतु केला जिस ज़मीन पर लगाया जाता है उसे जल्दी ही चूस डालता है। इस लिये उसे हर दो या तीन साल में नई ज़मीन पर लगाना चाहिये। जबतक गहर के सबसे ऊपर के दो तीन फल पक न जायें तब तक उसे काटना नहीं चाहिये। ठीक समय पर काटकर उसे सुत्तली से बांधकर घर में लटका देवे तो बाक़ी के फल धीरे धीरे उत्तमता से पक जाते हैं। केला ही एक ऐसा फल है जो बारहो महीने मिल सकता है। फल का सिलसिला टूटे नहीं। इस वास्ते दो-दो महीने के अंतर में पौधे लगाना चाहिये और सदैव अच्छी जाति के अंकुर रोपने चाहिये।

### नींबू

नींबू की कई जातियां होती हैं। इनमें से परी और क्रागर्जी की अचार के लिये ज्यादा मांग होती है। इसकी पैदावारी की वही

विधि है जो मंतरे के लिये बतलाई जा चुकी है। नीचू ग्राज में आमानी से पैदा किया जा सकता है, परंतु कलमी क्रिम लगाणा अधिक लाभदायक होता है।

### पपीता

इस देश में पपीते बहुत अच्छी तरह में पनपते हैं। और उनकी कोई ग़ाम निगरानी नहीं करनी पड़ती। फरवरी, मार्च या सितम्बर में बीज बोकर पौधे लगाये जाते हैं। ये बड़ी जल्दी बढ़ते हैं और एक ही माल में फलने लगते हैं। यदि बड़े बड़े फल लेना हों तो जब वे छोटे छोटे रहें तभी थोड़े में चुने हुये फलों को छोड़कर बाकी सब तोड़ लेना चाहिये और पेड़ के ऊपरी भाग में फूलनेवाले फलों को भी तोड़ते जाना चाहिये। जब फल बाढ़ पर हों तब खूब पानी सींचना चाहिये।

### सिंचाई

अमराई या बाग लगाने के विषय में यह जानना अत्यंत आवश्यक है कि पौधों को पानी देने का तरीका कौनसा है। जब तक पौधे नन्हे रहे तब तक पानी जड़ों के पास ही देना चाहिये, जिसमें जड़ें छिछल जायें। जड़ों के छिछल जाने से पेड़ को अपना साथ सींचने के लिये ज्यादा बढ़ा रक़बा मिल जाता है। बीच दो-पहरी में पेड़ की छाया वहां तक फैलती है इसे देख लो, और इस के आस पास एक गोल घेरा सींच लो। यह चकर बतलावेगा कि वहां तक जड़ें फैल चुकी हैं। पानी इसी चकर के बाहर बाहर देना चाहिये। नौ इंच गहरा नाली खोद लेना चाहिये और यदि कई पेड़ हों तो इन गोलाकर नालियों को सीधी सीधी नालियों द्वारा मिला देना चाहिये जिसमें पानी एक पेड़ से दूसरे पेड़ तक

बहकर जा सके। ये सीधी नालियां बरसाती हल द्वारा धनाई जा सकती हैं। पहिले एक दिशा में हल चलावे और फिर उसी गमने से लौटावे। नालियों में धीरे धीरे पानी छोड़ना चाहिये, जिससे उनमें पानी भीतर जञ्ज हो जावे। पानी सींचने के दूसरे दिन नालियों उपर से सूखी ओर तिड़की हुई गाई जावंगी। यदि इस पपड़ी को खुर्पी या बक्खर से फोड़ दिया जाय तो वह ढीली मिट्टी भीतर के पानी को उड़ने न देगी और बार बार पानी देने की आवश्यकता न रहेगी। अपने देश में नालियों की अक्सर आदत होती कि वे आवश्यकता में अधिक पानी देते हैं। इसका परिणाम यह होता है कि जब मिट्टी में पानी भरा रहता है तब जड़े सांस नहीं ले पाती और सांस न ले सकने के कारण पौधे मुरझा जाते हैं और मर भी जाते हैं। अतएव जबतक पौधे कुम्हलाये न मालूम पड़ें तबतक पानी न देना चाहिये।

### पौधों की बनावट

यदि पौधे बगैर काट-छांट के बढ़ने दिये जावे तो वे बेढंगे रूप में हो जाया करते हैं और उनमें भेसी फालतू शाखाएं हो आती हैं जिन्हें बाद में काटकर दूर करना पड़ता है इसलिये यह आवश्यक है कि जब पौधे नन्हें रहें तब उन्हें कतरते रहना चाहिये। यदि कोई पेड़ अच्छी तरह कतरा गया हो तो उसका आकार छोटे छाते के समान होना चाहिये, जिसमें तीन-चार फुट की साफ पंक्ति हो और नीचा गोल तना हो। कतराये पेड़ में ज्यादा अच्छी फल लगती है, और ज्यादा आसानी से वह बटोरी जा सकती है। पौधों की कतरत तेज चाकू या आरी से करना चाहिये जिसमें कि घाव चिहने आवें। एक हिम्मा मोग

और तीन हिस्सा राल मिलाकर अलभी के तेल में धीमी आंच पर पकालो और कटे हुये घावों पर दम मलहम को लगाओ । इसमें नई छाल जल्दी पैदा होकर घाव को भरकर टांक लेगी ।

ग्राफ्टिंग [ कलम लगाना ] आर्चिंग [ गूट बांधना ] लेयरिंग [ इट्ठा बांधना ] वडिंग [ कली लगाना-आंख बांधना ] की क्रियाये कठिन नहीं होती और किसी वगीचे में उनके करते समय आँख में देखकर सीखी जा सकती है ।



## परिच्छेद ११

### अमराई-कुंज इत्यादि की पैदावारी

सड़कों के किनारे कुंज लगाने का भार पब्लिक वर्कमें डिपार्टमेंट (वारीक माम्नी मुहकमा) पर रखा गया है और इसी तरह डिस्ट्रिक्ट-कौंसिल तथा म्युनिमिपालिटी की जिम्मेदारी है कि वे अपनी सड़कों के किनारे झाड़ू लगावें। परंतु यदि कोई मालगुज़ार या अन्य व्यक्ति किसी सड़क के किनारे या सार्वजनिक पड़ाव पर वृक्ष लगाना चाहता हो तो उसे इस बात के लिये सरकार से इजाज़त ले लेनी होती है और जब वह अमराई या कुंज लगाने में सफल हो जाता है, तो डिपुटी-कमिशनर साक्ष्य उसे एक सनद प्रदान करते हैं जिस में लगाये हुये वृक्षों पर उस व्यक्ति और उस के वारिश्मान का हक तसलीम किया जाता है। याने लगानेवाला शहस उन झाड़ों का मालिक समझा जाता है और वह बिना रोक टोक उन वृक्षों की पैदावार को ले सकता है और उपयोग कर सकता है। जो वृक्ष मर जावें या सरकारी मंजूरी से छूटे जावें या काट डाले जावें, तो उन वृक्षों की लकड़ी को भी वह ले सकता है। झाड़ों के स्थापित हो जाने पर यदि उनका मालिक उन्हें बेचना चाहे, तो सरकार उन्हें कूते हुये भाव से खरीद भी लेती है। जिन लोगों के पास माकूल निजी ज़मीन न हो, परंतु जो सामवरों का काम करना चाहते हों, तो उन्हें चाहिये कि वे सड़कों के किनारे कुंज लगावें या पड़ाव और बाज़ारों में अमराई लगावें। जिन पेड़ों का लगाना उपयुक्त हो

मकता है वे ये हैं:—आम, जामुन, महुआ, इमली गिरनी या कुमुम। कुमुम में फल नहीं होता, परंतु वह लाख पैदा करने के लिये उपयोगी होता है।

यदि बहुत से पेड़ लगाना हो तो उन के बीज पहिले एक अन्धरी तैयार की हुई क्यारी में बोना चाहिये सूर्ये बीजों को बरसात तक रग्न छोड़ना चाहिये और जामुन तथा महुआ जैसे गूदेवाले बीजों को पकते ही बो देना चाहिये। इमली की तरह सख्त दिलके वाले बीजों को पहिले गीली म्याद में गाड़कर नरम कर लेना चाहिये। बोती, बरसात के शुरू में करना चाहिये जिस से कि अंकुर पूरे दो महीने क्यारी में रह सकें फिर रोपों को नर्सरी (याने जमीने के एक बड़े तख्ते) में ६ से ८ इंच की दूरी पर लगा देना चाहिये। परंतु यदि हर पौधे को अलग अलग गमले में लगाया जाए तो बेहतर होगा, क्योंकि ऐसा करने से उन्हें नर्सरी से लगाने की जगह को ले जाने में सुविधा होती है। पौधों को जमीन में एक साल के बाद लगाना चाहिये। जब पौधे तीन-चार फुट ऊंचे हो जायें तब उन्हें नर्सरी से हटाकर जहाँ लगाना हो, तीन फुट लम्बे चौड़े दो गेहूरे गड्ढे खोदकर और उनमें खाद भरकर लगाना चाहिये। जैसा फलदायक पेड़ों के विषय में बतलाया जा चुका है उसी तरह इन गड्ढों में पानी देना चाहिये और दूसरी देखरेख करना चाहिये।

केवल एक बात जिस पर यहां जोर देना आवश्यक है यह यह है कि हर पेड़ की रक्षा के लिये उसके आम-पारा कठपरा या लोहे की पतली पट्टियों का घेरा या ईंट की जालीदार

की तरफ से बड़े बड़े शहरों में एजेंट नियत रहते हैं जो गन्ना या तो खुद खरीदते हैं या प्रायः दलालों के द्वारा व्यापार करते हैं। ये दलाल गांव के बच्चों के जरिये माल इकट्ठा करते हैं जो कि किसानों को पेशगी रुपया या अनाज देकर पहिले से सस्ता भाव ठहरा लेते हैं। और यदि कोई किसान अपना माल खुले बाजार में ले जावे, तो भी उसे प्रायः ठीक दाम नहीं मिलते, क्योंकि दलाल लोग खरीदनेवालों की के लाभ के लिये प्रयत्न करते हैं न कि किसानों के लिये। कई कच्चे के लिये कई प्रदेशों में, जैसे पंजाब या बंगाल में, हाल में मंडियां संगठित की गई हैं। इसके अलावा खरीद या बिक्री के लिये सहकारी संस्थाएँ भी कार्यम की गई हैं। इनसे किसानों को बहुत लाभ पहुँचता है। इसी प्रकार का संगठन अनाज के फस विक्रय के लिये भी सब प्रदेशों में होना चाहिये। परंतु जबतक कि जगह जगह अनाज की मंडियां कार्यम न हो जायें या बाजारों के प्रबंध के कानून न बन जायें तबतक किसानों को चाहिये कि वे स्वयं आपस में मिलकर सहकारी समितियां अपने माल बचने के लिये स्थापित करें। ऐसी समितियों के बनाने में कृषि-विभाग और सहकारी-विभाग सदा आवश्यक सहायता देने के लिये तैयार रहते हैं। जरूरत सिर्फ थोड़ी शिक्षा, परस्पर विश्वास और औद्योगिक संगठन की है। ये काम मामूली किसान की योग्यता के परे नहीं है और प्रयत्न करने से उन्हें अवश्य लाभ होगा। इस विषय में यह बात याद रखनी चाहिये कि किसान को अपनी कृषि-उपज की वृद्धि के लिये ही प्रयत्न करना कारी नहीं है, बल्कि उसे अपनी उपज के बदले में अधिक से अधिक मूल्य भी मिलाना चाहिये। इसलिये उसे खरीद-फरोख्त की कुंजियों को भी

सीखना चाहिये। मुरिफूल तो अक्सर यह होती है कि साहूकार या मालगुजार के दबाव से उसे अपनी फसल फौरन बेचनी पड़ती है और अच्छे भाव आने तक वह अपनी फसल को रोक ही नहीं सकता। या पूँजी न होने के कारण वह सस्ते समय में अपने जरूरत की चीजें खरीदकर जमा नहीं कर सकता। इन कठिनाइयों के दूर करने का एक उपाय है कि सब किसानों का संयुक्त रूप से मंचटन किया जाय; क्योंकि यह प्रत्यक्ष है कि जो बात एक अकेला आदमी नहीं कर सकता वह दस-पाँच मिलकर आसानी के साथ कर सकते हैं। किसानों के संगठन हो जाने से दलालों का भगड़ा व फुटकर विक्री व खर्च कम हो जाता है और मालका एक जगह रखना, ठीक भाव का पता लगाना इत्यादि कई बातों का सुभीता हो जाता है। लेकिन इस प्रकार की समितियों को पूर्ण रूप से संगठित होना चाहिये। इसी संस्था को सहकारी क्रय-विक्रय की समिति कहते हैं। जो इन सहकारी समितियों के सदस्य होंगे उनके अधिकारों को सुरक्षित रखने के लिये प्रत्येक प्रांत की सरकारने चंद नियम बनाये हैं जो कि कृषि विभाग या सहकारी-विभाग के किसी भी आफिसर के द्वारा जाने जा सकते हैं।



## भाग २ रा पशुपालन



### परिच्छेद १३

#### “साधारण सूचना”



इस देश में प्रति वर्ष हजारों मवेशी संक्रामक रोगों से मरते हैं और हमसे गांव वालों को जो हानि होती है उसका अंदाजा लगाना मुश्किल है। तेहतीसकात से पता चलता है कि हल में जोते जाने लायक हष्ट-पुष्ट पशुओं की संख्या उतनी नहीं है जितनी कि ठीक रूप से खेती करने के लिये आवश्यक है। और हमकी भी शिकायत है कि मौजूदा जानवरों की हालत में हर साल धीरे धीरे खराबी होती जा रही है। कुछ लोगों के मत के अनुसार इस खराबी का कारण यह बतलाया जाता है कि हल में खेती के फैलाव से चरागाह का रकबा बहुत कम हो गया है। इसमें भले ही कुछ सत्य हो; परंतु सबसे अच्छे जानवर तो ऐसे स्थानों में पाये जाते हैं कि जहां चरागाह बहुत थोड़े हैं, और सबसे खराब पहाड़ी जगहों में जहां चरागाह की कमी नहीं या धान के मुल्क में जहां धान का पैरा बहुतायत से होता है। कारण चाहे जो हो, इसमें

जरा भी मत भेद नहीं है कि खेती के सुधार के लिये बैलों की हालत और न दुरुस्त होना लाजमी है और जानवरों की तरक्की करने का सिर्फ एक जरिया यह है कि अच्छे जाति के जानवर पैदा किये जायें और किसान लोग उन्हें अच्छी तरह चरायें और उनकी हिफाजत करें। मवेशियों की नस्ल सुधारने के लिये सरकार ने कई फार्म खोल रखे हैं जहां कि सस्ती क्रीमत में सांड मिल सकते हैं, परंतु अड़चन तो यह है कि औसत दर्जे के गांव में बहुत कम ऐसे फार्मकार हैं जिनके पास इतनी ज्यादा गायें हों कि उन्हें अपने लिये अच्छी जाति का सांड खरीदने में पड़ता पड़ सके। फिर गांव वालों में इतना सहयोग भी नहीं है कि कई लोग मिलकर एक सांड खरीदकर उसकी मिलजुलकर हिफाजत करें। यदि गांववाले फार्म वाला अच्छा सांड नहीं खरीद सकते तो वे कम से कम अपने ही जानवरों में से, या पड़ोस के जानवरों में से अच्छा सांड चुन सकते हैं। उन्हें इस बात की निगरानी करनी चाहिये कि चुने हुए सांडों के अलावा दूसरे कच्चे सांड गांव में न रहने पायें। रही या कच्चे सांडों को बधिया कर डालना चाहिये जिससे कि फिर उनके जरिये नस्ल बिगाड़ने का डर न रहे। यह भी ध्यान में रखना चाहिये कि सिर्फ अच्छी गौओं को साथ अच्छे सांड का मेल कराने से ही अच्छे बैल पैदा किये जा सकते हैं। गांवों की गायें बहुधा हल्की या कमजोर जाति की होती हैं और उनकी सिलाई भी अच्छी नहीं होती। खेती विषयक शाही कमीशन ने यह कर्माया है कि इस देश में हालांकि हिंदू जनता गाय को इज्जत की नजर से देखती है, तौ भी सब घरेलू जानवरों में गाय ही सबसे खराब तरीके से पाली जाती है। यहां तक कि उसकी उचित सिलाई भी नहीं की जाती। गांव में अक्सर तरीका

यह है कि सार में चारा खेती के बैलों के देने बाद यदि बच गया तो गाय और बछड़ों के सामने डाल दिया गया, घरना बगैर दूध देने वाली गायें तो विचारी खुली छोड़ दी जाती हैं, ताकि यहां वहां चरकर वे अपना पेट भर लें। हाँ जब तक गाय घर के लिये दूध देती रहती है तब तक उसे थोड़ा रातघर अवसर दिया जाता है जिससे कि वह ज्यादा दूध देवे, परंतु ज्यादा दूध सूख जाता है क्योंकि वह रातघर बन्द कर दिया जाता है और वह चराई पर छोड़ दी जाती है। सच तो यह है कि भैंस की ज्यादा हिफाजत होती है, हालांकि गाय माता से ही बैल पैदा होते हैं जिनके बल पर सारी खेती होती है। यदि किसान अपने मवेशियों की तरफ की चाहते हैं तो उन्हें अच्छे मांड़ व गायें रखना चाहिये और उनकी अच्छी हिफाजत करना चाहिये इतना ही नहीं बल्कि बेकाम भवशौं बेंच डालना चाहिये, जिससे कि उनका थोड़ा सा चारा निकम्मे जानवरों की खिलाई में बर्बाद न होकर थोड़े से अच्छे जानवरों को मशवृत बनाने में काम आवे। खिलाई के बारे में, किसान लोग काम के दिनों में तो अपने बैलों को अच्छी तरह खिलाते हैं, परंतु खाली दिनों में उनकी लापरवाही करते हैं। यह कंजूसी का रिवाज ठीक नहीं, क्योंकि खाली दिनों में जानवरों की हालत गिर जाने पर वे एकदम से फिर मौके पर काम करने के लिये उत्तेजित नहीं किये जा सकते। इसलिये किसानों को चाहिये कि वे हमेशा अपने गोरुओं की मुनामिव हिफाजत करते रहें। प्रायः जो जानवर हमेशा अच्छी हालत में रखे जाते हैं, वे बीमार भी नहीं पड़ते। जानवरों की तन्दुरुस्त और स्वच्छ रखने से उनकी बहुत सी मृत्युएं बचाई जा सकती हैं। इस तरह से यदि नका और नुक्सान की दृष्टि से भी देखा जाय तो जानवरों

की ठीक हिफाजत करना. फायदे की ही बात है। जरूरत सिर्फ इतनी ही है कि जानवरों को साफ पानी पीने को, काफी चारा खाने को और साफ स्थान रहने को मिले। यदि उनकी सारे ठीक समय पर साफ करदी जावें तो वे मक्खियों, पिस्तुओं तथा अन्य कीड़े मकोड़ों के काटने से बचे रहेंगे। उन्हें सर्दी और जोर की बारिश में भागने से भी बचाना चाहिये। यदि गांव में या पड़ोस में कोई छुनैली मवेशियों की बीमारी हो तो फौरन उन्हें अलग दूर रखना चाहिये। यदि किसी जानवर को चोट लगजाय अथवा उसका चमड़ा छिल जाय अथवा वह बीमार हो तो फौरन उसका इलाज करना चाहिये, और उसे ठीक दवाइयां देना चाहिये। और जब तक उसकी चोट अच्छी न हो जाय, या बीमारी दूर न हो जाय, तब तक उसे आराम देना चाहिये। यह तो सब मोटी सलाहें हैं। हर एक विषय का खुलामा विवरण पुस्तक के अन्य परिच्छेदों में दिया गया है। ग्रामोद्धार में दिलचस्पी रखने वाले सज्जनों से निवेदन है कि वे ग्रामवासियों को ऐसे सब नियम समझा दें, जिनसे कि वे उनके आश्रय में रहनेवाले मूक पशुओं को बहुतसी हैरानियों से बचा सकें। वे सज्जन निम्न लिखित दिशाओं में प्रचार करने का भी बंदोबस्त करें:—

- १ अच्छी नस्ल के पशुओं को पैदा करने तथा पालने के लिये उत्तेजन देना।
- २ कम उम्र में ‘ चरडिडो ’ नामक यंत्र द्वारा निकम्मे सांडों का खस्ती करना।
- ३ अच्छी जाति के सांडों का प्रचार।

- ४ पशुओं की ठीक खिलाई तथा पालन का महत्व ।
- ५ मवेशियों की छुत्तली बीमारियों के रोकने के ज्ञान का प्रचार ।
- ६ संक्रामक बीमारियों के फैलने की फौरन रिपोर्ट करने की व्यवस्था ।
- ७ बीमार जानवरों के इलाज करने के लिये सुविधाओं का प्रचार ।
- ८ जानवरों के प्रति निंद्यतापूर्ण व्यवहार को रोकना ।
- ९ दूध और घी की अधिक उपज करना ।
- १० मुरीयों के व्यवसाय की तरक्की करना ।

## परिच्छेद १४

### “ उत्तम सांडका चुनाव ”

---

ढोरों की दशा में तरक्की करने के उपायों के मुख्य दो भाग हैं । एक तो यह है कि उनकी अच्छी नस्ल पैदा करना और दूसरी उनकी अच्छी देख रेख करना । पहिली बात के निस्वत यह जरूरी है कि निकम्मी गाये अलेहदा करके उनके बदले बढ़िया गाये पाली जायं, और उन्हें अच्छे सांड से फलाया जावे,—क्योंकी नस्ल सुधार के विषय में कहावत है कि एक अच्छा सांड गायो के एक मुंड के बराबर होता है । इस लिये सांड का चुनना विशेष महत्व की बात है । गाँवों में उत्तम सांड मौजूद होते हुए भी तरक्की की कोई आशा नहीं की जासकती जबतक कि वहाँ पर छोटे निकम्मे बछड़ों द्वारा गाये फलती रहेगी । इसलिये इन रही सांडों का खस्सी करना उतना ही जरूरी है जितना कि अच्छे सांड का चुनना । अच्छी तरह खाये पिये देखी सांड ढाई से तीन वर्ष की उम्रमें गाये से संभोग करने के लायक हो जाते हैं । इसलिये उन्हें इस उम्र तक पहुंचने के पहिले ही खस्सी करवा देना चाहिये । इससे एक फायदा यह होता है कि जानवर नेक मिजाज निकलता है । ‘ बहिष्पो ’ नामक खस्सी करने के यंत्रने इस क्रिया को बहुत आसान बना दिया है । जिन कार्तकारों को अपने बछड़े खस्सी करवाना हो उन्हें चाहिये कि वे नजदीकी वेटरिनरी असिस्टेंट ( डोर डाक्टर ) को लियें, ताकि वह उनके गाँव जाकर बगैर फीस के ठीक उम्र वाले बछड़ों को बधिया करदे ।

सांड़ को चुनते समय इस बात का ध्यान रखना चाहिये कि उसमें खास जरूरी सिफ़्तें अवश्य मौजूद हों । देहात में दूध के वाहने या जोतने के वास्ते जानवरों की जरूरत होती है । बोझा टोने के काम के वास्ते बैल की छाती और गर्दन बलवान होनी चाहिये, कोढ़नी बड़ी तथा कन्धे के नीचे का भाग और जांघें चौड़ी तथा मजबूत होनी चाहिये । तेज चाल और दौड़ के वास्ते चौड़ी गहरी छाती वाले, हलके और फुर्तीले जानवर उत्तम होते हैं । भारी और धीरे काम के वास्ते जो बैल उत्तम होते हैं, उनके अक्सर सिर बहुत बड़े और कान लम्बे और लटकते हुए होते हैं, उनकी गर्दन छोटी और मोटी तथा हड्डियां भरी होती हैं । उनकी गर्दन, कांधोर और मुतान पर बहुतसा ढीला चमड़ा रहता है । हलके फुर्तीले काम के लिये जो बैल उत्तम होते हैं उनके सिर स्वच्छ होते हैं, स्वभाव तेज व फुर्तीला होता है, उनके कान छोटे और खड़े होते हैं, और गर्दन कांधोर और मुतान पर ढीला चमड़ा नहीं रहता या थिलकुल थोड़ा रहता है । यह भी याद रखना चाहिये कि भिन्न भिन्न जगहों के लिये भिन्न भिन्न जाति के बैल उपयुक्त होते हैं । जैसे कि कपास पैदा होने वाले भागों में खमीर तथा जलवायु के अनुसार, मंझोले क्रद के लेकिन करीबन सारी जानवरों की जरूरत होती है जो कि फुर्ती से चल सके और खड़ी हुई फसल की फ़तारों, केंधीय की जुताई का काम जल्दी से निपटा सकें, क्यों कि यह जुताई या गोड़ाई इन प्रदेशों में एक महत्व पूर्ण काम है । ऐसे भागों में जहां धान की खेती होती है और जहाँ कि प्रायः जानवरों को हल्का चारा मिलता है, खुगक के लिहाज से बहुत बड़े बैल न होना चाहिये । इस लिये पशु-सुधारक मालगुजारी और कार्तकारों को चाहिये कि खेती मुहकमे के अफसरों की सलाह लेकर ठीक

किस्म का सांड खरीदें । सांड की ठीक किस्म मुर्कर होजाने पर खरीदार इस बात का अच्छी तरह इत्मीनान करले कि जो सांड उसे मिल रहा है वह खूब दृष्ट-शृष्ट है व नहीं । इस के चिन्ह ये हैं:—नरम चमड़ा, सुन्दर बाल, चमकीली आंखें, चौड़ा माथा, मजबूत और चौड़ी छाती, सीधा और साफ चाल, और सुन्दर सुडौल रूप । अच्छा सांड खरीदकर ठीक खिलाई पर तो ध्यान रखना ही चाहिये, परन्तु साथ ही साथ उसका ठीक हिसाब से इस्तेमाल भी होना चाहिये । उसे जानवरों के मुँड के साथ आबारा नहीं छोड़ देना चाहिये, क्योंकि ऐसा करने से उसका अक्सर छोटी उम्र की कलोरों से संयोग होजाता है और फिर मांज में आई हुई गायों के साथ हमेशा रहने से उसकी बहुत सी शक्ति व्यर्थ नष्ट होजाया करती है । इस लिये उसे अलग कटघरे में रखना चाहिये और गरम गायों को फलवाने के लिये उसके पास लेजाना चाहिये । ठीक तरीके का एक ही संयोग गाय को गाभिन करने के लिये काफी होता है और संभोगों की संख्या पर रंधेज रहने में सांड की उत्पादन शक्ति सुरक्षित रहती है ।



## परिच्छेद १५

### “सरकारी सांडों के मिलने के कायदे”

पहिले परिच्छेद में कहा जा चुका है कि अच्छी नस्ल के सांड का चुनना उत्तम पशु पैदा करने के लिये बहुत आवश्यक है। पशुओं के मालिक प्रायः अपने मवेशियों के मुन्ड में सरकारी सांडों को रखने के लिये हिचकिचाते हैं, क्योंकि उन्हें ऐसे सांडों के लिये कुछ रुपया खर्च करना पड़ता है, अथवा नियमों के अनुसार उनकी देखरेख करनी पड़ती है। इस के अलावा दूसरे लोगों से सांड के उपयोग की शीस लेने की गांव में कोई प्रथा ही नहीं है, जिससे सांड के पोषण का कुल खर्च निकल आये। कई प्रान्तों में सरकार ने नियम बनाये हैं जिनके अनुसार सरकारी सांड या तो मुफ्त में मिल सकते हैं या कुछ शर्तों पर रियायती कीमत में खरीदे जा सकते हैं। इन में से कुछ शर्तें नीचे दी जाती हैं:-

- [ अ ] सरकारी सांड ऐसे प्राणीय केन्द्रों में रखे जायँ जिन्हें कि कृषि सुदृकमा निश्चय करे।
- [ ब ] ऐसे केन्द्रों में सरकारी सांडों को छोड़कर और कोई दूसरे सांड नहीं रक्खे जायँ। हमारे स सांड या तो बधिया कर दिए जायँ या अन्य किसी प्रकार हटा दिये जायँ।
- [ स ] मुर्जरर पैमाने के मुताबिक सांडों को सिलाने तथा रखने का खर्चा सांड रखने वाले घरदारत करें।

उपर लिखी हुई बातों में यह स्पष्ट है कि जो शर्तें रखी गई हैं उन का पालन करना किमी तरह कठिन नहीं है। इस विधान का अन्दरूनी मतलब यह है कि सामसाम जगहों में पूरे नियंत्रण के साथ नम्र सुधार का काम हो।

उपर लिखे हुए तरंगों के अलावा प्रीमियम, अर्थात् सरकार की ओर से इनाम देकर मांड विनगर, की भी एक प्रथा है। इस के अनुसार मालिक मवेशियान अमली शुद्ध नस्लों के जानवर तथा सरकार द्वारा मर्राहृत नस्लों के मांड रखने के लिये बाध्य किये जाते हैं। और फिर कुछ चन्द शर्तों पर अमल करने से उन्हें मालाना एक इनाम की रकम दी जाती है जिसमें कि उन की मिलाई पिलाई का खर्च निकल आता है और मांड की क्षमता में भी गियायत की जाती है। कारवर्गों नुस्खे से इन सब कायदों का पता लगाया जा सकता है। अभी हाल ही में पशु सुधार केन्द्रों और अच्छे मवेशियों के जुड़ों में अच्छी नस्लों के मांडों का प्रचार करने के लिये एक जोरदार अपील निकाली गई है। उम्मेद की जाती है कि प्रानोत्यान के कार्यकर्ता, तथा अन्य ग्राम सुधारक इस ओर उचित ध्यान देकर वाउमगाय महोदय की अपील का गौरवपूर्ण प्रत्युत्तर देंगे। प्रानोत्यान के कार्यकर्ताओं को ये कायदे गांव के लोगों को समझना चाहिये, विशेष करके उन रकबों में जहां कि पशु-पालन के लिये सुभीते हों या जहाँ पहिले ही से मवेशियों के पालन का साम व्यवसाय हो। कुछ माल पहिले यह रिवाज था कि लोग किमी मृत घनी पुरुष के क्रिया-कर्म के अवसर पर मांड छोड़ दिया करते थे, क्योंकि उन का विश्वास था कि ऐसे सांडों के दान से मृत व्यक्ति की आत्मा को शान्ति प्राप्त होगी।

यह रिवाज अब धीरे धीरे निकलवा जा रहा है; लेकिन इस रिवाज का जारी रखना जरूरी है। आवश्यकता इस बात की है कि ऐसे मौकों पर जो सांझ-छोड़े जायें वे अच्छे चुने हुए होने चाहिये और हिन्दुओं के धर्म पर कोई आघात न करते हुए परस्पर के सहयोग से ऐसे मांडों पर नस्ल सुधार की दृष्टि से उचित देगरेम करनी चाहिये।



## परिच्छेद १६

“ गोरुओं की समुचित खिलाई ”

— ०: —

पशुपालन में नरज सुधार के साथ ही साथ जानवरों को अच्छी तरह से खिलाना भी बहुत जरूरी है। यदि ठीक खिलाई न की गई, तो ऊँचे दर्जे के जानवर भी घटिया हो जाते हैं। इस सम्बन्ध में अच्छे चारे की उपज और उसके संचय का प्रश्न बड़े महत्व का है। परंतु बहुत थोड़े किसान चारे के लायक फसलें बाने की तकलीफ उठाते हैं। यह नुकस सफल पशुपालन में बड़ा बाधक होता है; क्योंकि ठीक प्रकार का चारा न होने पर अनाज की फसलों का भूसा ही खिलाना पड़ता है जो कि अक्सर पौष्टिक नहीं होता। उदाहरण के लिये, कई धान के प्रदेशों में धान का पयाल या पैरा ही एक मात्र चारा मिलता है, परंतु इसमें पोषण शक्ति बहुत ही कम होती है। इसका नतीजा यह होता है कि ऐसे स्थानों के पशु नाटे और दुबले होते हैं। ज्वार की कड़वी का चारा पुष्टकारी होता है, परन्तु कपास के मुल्क में पैसे की लालच से किसान लोगों ने ज्वार की खेती कम करके उसके बदले कपास बोना शुरू कर दिया है। एक और मुसीबत यह है कि जहां कहीं ज्वार की कड़वी और गेहूं का भूसा काफी तादाद में हो जाता है वहां के किसान घर इन चीजों को जमा करके तो नहीं रखते बल्कि नरज दामों की गरज से बेच दिया करते हैं और अपने जानवरों को गांव के बंजर की रूखी सूखी चराई के भरोसे ही छोड़ देते हैं। फसल पैदा करने में किसानों को सिर्फ रुपये की आमदनी पर ही सारा ध्यान न रखना

चाहिये, बल्कि साथ ही साथ ढोरो के चारे की व्यवस्था पर भी गौर करना चाहिये। उदाहरण के लिये चावल के मुल्क में जाड़े के दिनों में रबी फसलों के साथ रबी ज्वार आसानी से चरी या कड़वी के लिये बोई जा सकती है। चगे वाली ज्वार की कुछ उत्तम किस्में नीचे लिखी जाती हैं: मुंडिया, लाम्बकन्सी, निलघा, अम्बर और कोलियर। इनमें से मुंडिया सबसे जल्दी पकती है। ज्वार की फसल ढोरो को हरी तथा सूख जानेपर भी खिलाई जा सकती है। हरी ज्वार को यदि गट्टों में बागीक काटकर खसैं तो वह आसानी से साइलेज के रूपमें अच्छी रह सकती है। इस रूप में ज्वार ढोरो को गर्मी के दिनों में, जब कि दूसरा हरा चारा नहीं मिलता, बहुत रोचक होती है। इस प्रकार की साइलेज खिलाने से दुधारु जानवरों का दूध नहीं टूटने पाता। ज्वार को इस तरह से गट्टों में भरने से पहिले उन गट्टों को गोबर और मिट्टी से लीप लेना चाहिये। लीपने के बाद सूख जाने पर पहले गट्टों के पेंदे में तथा आसपास करीब तीन चार इन्च मोटा अस्तर सूखी घास या भूसाका दे देना चाहिये। फिर हरी फूल में आई हुई ज्वार की कटिया खूब ठूस कर भर देना चाहिये। भरते समय कटिया को खूब रौंदना चाहिये। और थोड़ा पानी भी छिड़कते रहना चाहिये। ऐसा करने से चारा सूखने नहीं पाता। भूसे का अस्तर देने से नीचे ऊपर तथा आस-पास का चारा खराब नहीं होने पाता। फिर ऊपर से सूमी घास या भूसे से ढांक देना चाहिये। और गट्टे को मिट्टी से अच्छी तरह से छाप देना चाहिये, जिससे कि हवा बिल्कुल अन्दर न जाने पावे। अन्दर हवा रह जाने से चारा सड़कर जल जाता है। ज्वार ही नहीं, बल्कि कोई भी हरा चारा जैसे कि घास, मक्का, इत्यादि भी इसी तरह हरी हालत में साइलेज के रूप में संचय किया जा सकता है।

मवेशियों की खुराक दो प्रकार की होती है । ( १ ) चारा ( २ ) दाना । चारा जैसे हरी घास, सूखी घास, फोल या भूसी कड़वी, भूसा इत्यादि जानवरों के पेट भरकर लुधा शान्ति के लिये परम आवश्यक है, यद्यपि इनमें पुष्टि का अंश थोड़ा ही होता है । दाना जैसे खली, धिनीला अनाज इत्यादि पुष्टि कारक होता है; परन्तु मवेशियों की खुराक केवल दाने ही की न होना चाहिये । यदि जानवर कठिन काम नहीं कर रहा है या दूध नहीं दे रहा है, तो उसकी गुजर केवल अच्छे चारे से हो सकती है; परन्तु ज्योंही उससे काम लिया जाय या उससे दूध मिले तो उसे चारे के अलावा दाना भी मिलना चाहिये । काम वाले बैल तथा दुधारू जानवरों के लिये नीचे लिखा दृष्टा रातव देना ठीक होगा ।

काम वाला बैल:—१० सेर सूखी घास या सूखा चारा और २ से ३ सेर तक रातव जिस में धिनीला ( सरकी ) तिल खली और चूनी बराबर बराबर मिली हो ।

२ सांड:—१० सेर सूखा चारा जैसे सूखी घास इत्यादि और तीन से चार सेर तक रातव ।

३ प्रतिदिन ६ सेर दूध देनेवाली गाय:—१० सेर सूखा चारा और तीन सेर रातव ।

४ प्रतिदिन ८ सेर दूध देने वाली भैंस:—१२ सेर सूखा चारा और चार या पांच सेर रातव ।

दूध देने वाले जानवरों को हरा चारा मिलना जरूरी है । इससे दूध की मित्रदार बढ़ती है और जानवर की हालत अच्छी

रहती है। हर समय वह हर जगह हर चारा नहीं मिलता है; फिर भी यदि संभव हो तो आधी या एक तिहाई खुराक हरे चारे की अवश्य होनी चाहिये। यदि सब जानवरों को हर चारा मिले तब तो बहुत ही अच्छी बात है। हर चारा देते समय यह ध्यान रहे कि १ सेर सूखा चारा करीब तीन या ४ सेर हरे चारे के बराबर होता है। मोटे हिसाब से जिनका दूध होता हो उसका आधा रातब देना चाहिये। भैंस के दूध में गाय के दूध से चिकनाई अधिक होती है, इस लिये उसे आधे भाग से कुछ अधिक रातब देना आवश्यक है। इस हिसाब से दूध के वजन का ६० फीसदी रातब देना ज्यादा ठीक होगा। भिनौले को आम तौर से बिना कुचले हुए और बिना भिगोये खिलाते हैं; परन्तु ऐसी हालत में उसका ठीक पचना संभव नहीं है; इस लिये भिगोकर, देने में विशेष लाभ होता है। यद्यपि मोटे हिसाबसे खुराक की मात्रा का विवरण ऊपर बतलाया गया है, तथापि यह खयाल रखना चाहिये कि जानवर को खुराक पूरी मिले और जब मेहनत ज्यादा करनी पड़े तो रातब बढ़ा देना चाहिये। सब मवेशियों को रोजाना रातब के साथ थोड़ा सा नमक भी देना चाहिये। आधी छटाक से १ छटाक तक नमक प्रतिदिन औसत दर्जे के जानवरों को मिलना चाहिये। और छोटे बच्चों को करीब पाँच छटाक।

हालांकि साँड़ आयुः ३ वर्ष की अवस्था के बाद संयोग कराने लायक होता है, परन्तु इस उम्र के बाद पहले दो वर्षों तक उससे बहुत सी मादियों को न फलवाना चाहिये। जब वह पाँच या छः वर्ष का होजाय तब आसानी से साठ गायों को गोभिण कर सकेगा। अच्छी सन्तान के लिये अच्छे माता पिता

होना चाहिये । परन्तु यदि छोटे बछड़े और बधियों की खिलार्ह और देखरेख अच्छी न हुई, तो वे आगे चलकर अच्छे गाय बेल के रूप में तैयार न होंगे । ग्वाल जो दूध के लिये अच्छी गायें पालते हैं, अक्सर बच्चों के साथ लापरवाही करते हैं । दूसरे लोग भी अपने इस्तैमाल के लिये ज्यादा दूध निकालने की गरज से बच्चों को काफी दूध नहीं पीने देते । किरायत की दृष्टि से तथा बच्चे की उचित वाढ़ की दृष्टि से भी यह बेहतर है कि बच्चों को हाथ से दूध पिलाया जाय और वह शुरू से ही बरतन में से बंगलियों द्वारा दूध पीना सीख जाय । पहिले दस दिन तक बच्चे को अपनी मां का दूध याने चाक या तेली दिन में तीन बार मिलना चाहिये । आम तौर से प्रतिवार लगभग १ सेर तेली देना चाहिये । ग्यारहवें दिन से तीसवें या पैतालीसवें दिन तक उसे ढाई सेर से चार सेर तक शुद्ध दूध रोजाना पिलान चाहिये । यह भी दिन में ३ खुराकों में बांट देना चाहिये । दूध पिलाते समय कुनकुना होना चाहिये । इसके बाद शहरों में जहाँ दूध महंगा विकता है, शुद्ध दूध को क्रमशः कम करके उसकी जगह पर मशीन का या मलाई निकाला हुआ दूध या मठा या छाछ देना चाहिये । मशीन के दूध के साथ पहिले चम्मच भर और फिर क्रमशः अधिक, अलसी का पेज मिला देना चाहिये । अलसी का पेज, एक हिस्सा साफ़ पिछी हुई अलसी, छः हिस्सा पानी में उबालकर बनाना चाहिये । उसे थोड़ी चूनी और गेहूं का चोकर भी क्रमशः थोड़ी मात्रासे प्रारंभ करके देना चाहिये इसके अलावा कड़ीब आधा सेर चूनी इत्यादि का दाना तथा हरी घास या दूसरा नरम चारा भी देना चाहिये । दूध और रातव दो भागों में बांटकर सुबह और शाम देना चाहिये । इसके

बाद क्रमशः दूध कम कर देना चाहिये और चारा और रातब बढ़ाते जाना चाहिये। लगभग ८ महीने की उम्र तक दूध बिल्कुल बंद या कम कर देना चाहिये, परन्तु रातब कायम रखना चाहिये। जब बच्चा तीन या चार हफ्ते का हो जाय तब से उसे पीने का साफ पानी भर प्यास देना चाहिये। बच्चे की सार में सुभीते से सेंधे नमक के ढेले, तथा नमक और अन्य चार पदार्थों की ईंटें और खड़िया के बड़े बड़े टुकड़े चाटने के लिये रख देना चाहिये, जिससे वह उन्हें चाटा करे और गन्दी मिट्टी न खाये इस तरह से बच्चों को चार पदार्थ उचित मात्रा में मिलने से उनकी बाढ़ ठीक होती है और पेट शुद्ध रहता है। एक साल का होने पर बच्चे को झुण्ड के साथ चलने को छोड़ना चाहिये और फिर उसकी खाम, हिकाजत करने की जरूरत नहीं पड़ती है। डेढ़ दो साल का होने पर उसे नाथ देना चाहिये और यदि सांड नहीं रखना हो तो खरसी या यधिया करा देना चाहिये। इस तरह से पाले हुये बछड़े बड़े होने पर बढ़िया बैल निकलेंगे और अपने मालिक का खेत अच्छी प्रकार से जोतकर, और उपज बढ़ाकर अपनी खिलाई पिलाई का बदला, जितने राति से चुका सकेंगे।



## परिच्छेद १७

### “ मवेशियों की हिफाजत ”

---

ढोरों को भर पेट चारा और पानी देना ही काफी नहीं है; बल्कि उनकी तन्दुरुस्ती ठीक रखने के लिये दया और प्रेम के साथ उनकी देख रेख भी करनी चाहिये। जानवरों की देखभाल ठीक होनेपर वे बहुत कम बीमार पड़ते हैं; क्योंकि बीमारी का आक्रमण प्रायः तभी होता है जब कि उनकी रिलाई में गड़बड़ होने से उनका शरीर टूट जाता है। इसमें शक नहीं कि कुछ संक्रामक बीमारियाँ तन्दुरुस्त ढोरों को भी होजाया करती हैं; परन्तु बहुधा यह उनके मालिकों की लापरवाही से होती है। उनकी लापरवाही यह है कि वे अपने ढोरों को रोगी ढोरों के साथ मिलने देते हैं। यदि नीचे लिखी हुई बातों पर गौर किया जाय तो मवेशी प्रायः अपनी तन्दुरुस्ती अच्छी तरह से कायम रखकर अपने परिश्रम से अपने मालिकों को अधिक लाभ पहुंचा सकते हैं। मवेशियों की सार आसपास की जमीन की सतह से ऊंचे पर होना चाहिये, और कर्श से तथा आसपास से पानी बह जाने के लिये काफी ढाल होना चाहिये। सार की छत ऐसी होनी चाहिये जिससे कि ढोरों की बरसात के पानी तथा धूप से पूरी बचत हो और दीवालें ऐसी होनी चाहियें कि जो जाड़े और बरसात में उनकी पूर्ण रक्षा कर सकें। सारें खूब रोशनीदार व हवादार होनी चाहियें। सारों के दरवाजे काफी चौड़े होने चाहियें जिनसे कि दोर आसानी से उनमें घुस सकें। सार और उसके

आसरास की जमीन गोबर तथा मूत्र को हटाकर साफ रखना चाहिये । यदि किसी मवेशी को चोट लग जाय या उसका चमड़ा छिल जाय तो उसका इलाज फौरन करना चाहिये, नहीं तो उन चोटों के द्वारा बीमारियों के कीटाणु उसके शरीर में घुस जायेंगे और वह टोर बीमार पड़ जायगा । किसी घाव की चिकित्सा करने के लिये पहिले पतिल खून का बहना बन्द करना चाहिये । यह ठंडे उपचारों से हो सकता है जैसे बर्फ या ठंडे पानी के उपचारों से, या घाव को दबाने या उसमें कोई दवा लगाने से । यदि खून ठंडे उपचारों से या दबाने से बन्द न हो, तो निम्न लिखित उपाय करना चाहिये:—थोड़ा सा पिसा हुआ कत्था लेकर उसके आधे परिमाण में फिटकरी लो । दोनों को खूब मिलाकर पाव के ऊपर मुरक दो उसके ऊपर थोड़ी सी रुई रखकर उसे दबा दो या कसकर एक पट्टी बांध दो ।

घाव अच्छा करने की दूसरी तरीक़ा यह है कि उसे पहले साफ़ करलो । साफ़ करने के लिये एक साफ़ प्याले में थोड़ासा साफ़ गरम पानी लेकर उसमें थोड़ा चुटकी नमक डाल दो । एक सैर पानी में आधा तोला नमक काफी होता है । फिर थोड़ीसी रुई लेकर उसे इस नमकीन पानी में भिगोकर अच्छी तरह से घाव को साफ़ करो । उसमें से सब कचरा निकाल दो । यदि उसमें बाहरी चीज़ें जैसे कांच के टुकड़े या कौले इत्यादि हों, तो उनको निकाल डालो और फिर उसमें कोई दवा लगाओ, एक उम्दा दवा जो कि सब गांवों की दुकानों में मिल सकती है वह निम्न लिखित है:—

[ १ ] थोड़ासा नारियल या अलसी का तेल उधालकर उस में थोड़ा कपूर मिलाओ ( कपूर १ छटाक

जब की तेल ट छटाक हो ) फिर उसे खूब हिलाओ और एक काग वाली बोतल में भर दो । इस तेल को घाव के ऊपर रुई से दिन भर में तीन बार लगाओ ।

[ २ ] आधा तोला तृतीया खूब बारीक पीसकर एक सेर भिगाये हुये चूने में अच्छी तरह मिला दो । इस को घाव पर दिन में दो दफे लगाओ ।

घाव को रोजाना कम से कम दो बार साफ करना चाहिये और ऊपर घताई हुई दवाइयों में से किसी को भी लगाना चाहिये । यह ध्यान रखना चाहिये की घाव मक्खियों और कचरे से सुरक्षित रहे । अगर कोई मक्खी घाव पर बैठ जाती है, तो उस में कीड़े पड़जाना संभव है और तब उस को अच्छा करना बहुत कठिन हो जाता है । मामूली घाव पूर्वोक्त दवाओं के लगाने से बहुत जल्दी अच्छे हो जाते हैं; परन्तु यदि घाव बहुत खराब हो और किसी नाड़ी के कट जाने से बहुत रून बहता है, तो नजदीक के मवेशी अस्पताल से क्रौरन मदद लेनी चाहिये । कभी कभी ढोरों को साफ पानी से नहलाना चाहिये और उन के चमड़े को साफ सुथरा रखना चाहिये । जहाँ तक संभव हो उन को कीड़े, मकोड़ों, मक्खियों तथा किल्लियों के काटने से बचाना चाहिये । जानवर को साफ शुद्ध पानी पीने को देना चाहिये, क्योंकि गन्दे पानी से अक्सर बीमारी हो जाती है । इस बात पर विशेष ध्यान देना चाहिये कि घरसात के मौसम में सार की फर्श पर सीढ़ न आने पावे । गोबर और कचरा-कूड़ा सार से दूर रखना चाहिये । यदि गांव या पड़ोस में कोई छूत से फैलनेवाली बीमारी हो जाय,

तो मवेशी, डाक्टर को कौरन बुलाकर जानवरों को मुनासिब टीका लगवा देना चाहिये। ऐसा करने से मवेशी आसपास फैली हुई संक्रामक बीमारी से सुरक्षित हो जाते हैं। मवेशियों को यदि रोजाना दाने में नमक न मिलता हो, तो कम से कम हफ्ते में एक बार एक मुट्ठीभर तो अवश्य खिलाना चाहिये, जिससे कि उनकी खुराक पचने में सुविधा हो और पेट ठीक रहे।



## परिच्छेद १८

### संक्रामक बीमारियाँ

यदि टोरो की सिलाई और हिफाजत ठीक तरह से की जाय, तो जो बड़ा नुकसान अभी बहुतसे टोरो के मर जाने से हुआ करता है वह बच सकता है। हर साल बहुत से टोर छुतेली बीमारियों से मर जाते हैं, इसका नतीजा यह होता है कि गुराँथ किसानों को अपने टोरो की संख्या पूरी करने के लिये बहुत कड़े मूँद पर कर्ज लेना पड़ता है। इन रोगों में मे कुछ इलाज से अच्छे किये जा सकते हैं और रोके तो सवर्दा जा सकते हैं। इसलिये इन रोगों के विषय में कुछ ज्ञान रखना और उनके मुकाबिले के लिये उपाय जानना प्रामीणों के लिये बहुत ज़रूरी है। जो बीमारियाँ टोरो को बहुधा हुआ करती हैं उनमें से मुख्य मुख्य ये हैं:— :

- ( १ ) रिन्डर पेस्ट—माता, शीतला, मरी, महामारी ।
- ( २ ) हेमोरेजिक मेण्टिसीमिया—गलफुला, गरगटी या गलायोद ।
- ( ३ ) ऐन्थ्रेक्स—गिलठी ।
- ( ४ ) ब्लैक कार्टर—इक टंगिया ।
- ( ५ ) फुट एंड माउथ डिजीज़—मुँह और खुरी ।

ये सब बीमारियाँ चंगे टोरो को लग जाती हैं, यदि ये रोगी टोरो के साथ रहें या उन्को खुराक और पानी को साथ

या पिये जिसमें रोग के कीटाणु हों। लापरवाह नौकर या मालिक रोगी जानवरों की सेवा करने के बाद अपने हाथ व कपड़े न धोने के कारण अपने दूसरे चंगे ढोरों के चारे और पानी में बीमारी के कीटाणुओं का प्रवेश कर देते हैं; इस तरह से जानवरों में छुतेली बीमारियां फैलाने के मुख्य कारण उनकी सेवा करने वाले लोगों की लापरवाही, अज्ञानता, और अलाली है। छूत के फैलाव को रोकने के उपाय आगे बतलाये जायेंगे। अभी नीचे इन बीमारियों के बारे में कुछ मुख्य बातें बताई जाती हैं।

### १ रिन्डर पेस्ट या कैटल पेग अर्थात् महामारी।

यह रोग माता, पोखना, शीतला और चेचक के नामों से प्रसिद्ध है और बहुत घातक होता है। उसके लक्षण ये हैं:— (१) बुखार (२) विशेष शिथिलता, जिसके फल स्वरूप जानवर सार में या चारागाह में सिर और कान लटकाने के चुपचाप अगल खड़ा रहता है। (३) भूक का मिट जाना तथा पाशुर करना और दूध देना बंद होजाना (४) आँखों में सूजन और आँसू भरना (५) नाक में सर्दों और घदघूँदार और पीप के समान नाक बहना, बाद में मुँह में ज्वान के नीचे और आँठों के भीतर छाले निकल आते हैं, इस के बाद घदघूँदार पतले दस्त बहुत होने लगते हैं जिन में अक्सर खून मिश्रित रहता है।

इस बीमारी की म्याद चार से आठ सप्ताह तक है। यह बीमारी रोगी जानवर के गोबर और मूत्र से दूषित चारे द्वारा फैल जाती है। दवा दारु से कोई नतीजा नहीं निकलता है, यद्यपि 'य

कहा जाता है कि “ टिंचर आफ आयोडिन ” की नर्सों के अन्दर पिचकारी देने से रोगी को शायद होता है। रुकावट का उपचार ज्यादा महत्व पूर्ण होता है और ज्योंही पता चलें कि गांव या पड़ोस में किसी जानवर को यह रोग हो गया है, त्योंही रुकावट की तरकीबों को अमल में लाना चाहिये। इस रोग के हो जाने की रिपोर्ट कौरन सब मे पास डोरों के अस्पताल में भेज देना चाहिये, कि रिपोर्ट पहुँचने पर डाक्टर आवे और सध चंगे डोरों को माता का टीका लगावे। इस टीके से खतरा नहीं होता, और न उस के कारण डोरों को काम सेही बन्द करना पड़ता है। गाभिण गैयों को भी टीका लगाने से गर्भपात का कोई डर नहीं रहता है। इस साधारण टीके से भी अच्छा तरीका यह है जो कि गोड व्हाइरस के टीके के नाम प्रसिद्ध है। इस से तीन या अधिक साल तक रोग से भय नहीं रहता है। इस तरीके से तो जब सुर्भिता हो तभी आगम से जानवरों को टीका लगा सकते हैं।

पहले बताये हुए साधारण सिरम के टीके से केवल ६ दिन असर रहता है और उतने दिन बीमारी का डर नहीं रहता। इस लिये यह बहुत जरूरी है कि गांव के सध के सध जानवरों को टीका लगा दिया जाय, जिस से इस पात का डर न रहे कि कोई बगैर टीका वाला जानवर रोग पकड़ ले और घूत गांव के अन्दर मौजूद रह जाये। दोर डाक्टर के मिलने तक या उस के आने तक नीचे दिये हुये साधन अमल में लाने चाहिये:—

- ( १.- ) रोग प्रसिद्ध जानवरों से तन्दुरुस्त जानवरों को कौरन अलग कर देना चाहिये।

- ( २ ) जिन जगहों पर बीमार जानवर बंधे रहे हों उन्हें अच्छी तरह से फिनाइल इत्यादि औषधियों द्वारा शुद्ध कर लेना चाहिये ।
- ( ३ ) छुतैला चारा, गोबर, इत्यादि जला डालना चाहिये ।
- ( ४ ) चंगे जानवरों को रोगी जानवरों के पास नहीं जाने देना चाहिये ।
- ( ५ ) यदि रोग गांव में फैल चुका हो, तो चंगे बिना टीका लगे हुए जानवरों को खेतों में रखना चाहिये और जब तक बीमारी मिट न जावे तब तक गांव में वापिस नहीं आने देना चाहिये, तथा गांव की चारागाह में चरने को भी नहीं जाने देना चाहिये ।
- ( ६ ) जो जानवर रोग से मर जायें उन की खाल नहीं उतारने देना चाहिये; उन की लाशों को जला देना चाहिये या गड़वा देना चाहिये ।

## २. हैमोरेजिक सेप्टिसीमिया:—

इसे घोटवा, गला घोट, या गलफुल्ला और घटसरप कहते हैं। मैसोंपर इस रोग का असर ज्यादा होता है यद्यपि यह गायों तथा बैलों को भी हो जाता है। अक्सर बड़े जानवरों की अपेक्षा कम उम्र वालों को ज्यादा हो जाया करता है। बहुत बरसात शुरू हो जाने के बाद यह दिखाई देता है। रोग का आक्रमण होने पर रोगी में बीमारी के चिन्ह दिखाई देने की अवधि १ से ३ दिन तक की है। रोग दिखाई देने पर इस की म्याद चंद घंटों से लेकर कई दिनों तक की है। आक्रमण की

तीव्रता के अनुसार ५० की सदी से लेकर ८० की सदी तक मृत्यु संख्या घटती बढ़ती रहती है। परन्तु गाय और बैलों की अपेक्षा भैंसों में मृत्यु संख्या अधिक होती है। तेज़ बुखार, कठिन सांस और तार टपकने के साथ साथ इस रोग के लक्षण तो हैं गले में दर्द देने वाली गरम और कड़ी सूजन जोकि सिर, गर्दन, लोरी और कभी कभी कंधे तथा अगली टांगों तक फैल जाती है, जीभ फूल जाती है और बाहर निकल आती है और दमघोटू सांसी आती है। जब कभी अंतर्द्वियों में रोग लग जाता है तब शूल पैदा हो जाता है और पेट भरने लगता है तथा आंव गिरने लगती है। रोग नाशक दवाइयों से कुछ काम नहीं निकलता; क्योंकि रोग बहुत तेज़ी से दौड़ता है। बीमारी से रोकने का उपचार यह है कि चंगे जानवरों को टीका लगाया जावे। जब जानवरों को टीका लगा दिया जाता है, तब वे कम से कम ३ महीने तक इस बीमारी से घरी रह सकते हैं। बीमारी फैल जाने की हालत में केवल सिरम द्वारा जो टीका लगाया जाता है उसका असर सिर्फ २ हफ्ते तक रहता है। बीमारी से जानवरों को सफलतापूर्वक बचाने के लिये प्रतिरोधक उपायों को ठीक समय पर अमल में लाने में देरी न करना चाहिये। इसलिये यह जरूरी है कि रोग की घटना की रिपोर्ट फौरन ही सबसे पास के मवेशी डाक्टर को भेज दी जावे। डाक्टर के आते तक जैसा माता की बीमारी के विषय में बतलाया गया है सफाई तथा बचाव के लिये रोगियों से वन्दुरुस्तों को अलग करना इत्यादि उपचार अमल में लाना चाहिये।

### ऐनथ्रैक्स:—

इसे गोली, गिल्टी, या फांसी कहते हैं यह रोग बड़ी तेज़ी से आता है, इस बीमारी में बुखार बहुत तेज़ आता है, आंस और

मुँह में सूजन होती है और गोबर पतला और अक्सर खून होता है, साँस लेने में कठिनाई होती है, जानवर खड़खड़ाता है, गिरजाता है और छटपटाता है, और बहुधा थोड़ी ही देर में मर जाता है, और शरीर के सब द्वारों से खून निकल पड़ता है। यह रोग प्रचंड रूप से घातक होता है और इसकी छूत मनुष्यों को भी लग सकती है। इससे बचने के लिये और बीमारी को गाँव भर में फैलने से रोकने की गरज से कभी भी इस रोग में मरे ढोरों की खाल न उतारने देना चाहिये। ढोर डाक्टर फोरन बुलाना चाहिये जो कि आकर चंगे जानवरों को पिचकारी द्वारा ठीका लगा देवे। यह रोग घोड़ों, भेड़ों और बकरियों को भी होता है।

#### ४ ब्लैक क्वार्टर या ब्लैक प्लेग:—

इसे गोली, एकटंगिया चिरचिरा कहते हैं। यह गाय, भैलों भैसों और भेड़ों को होता है। तीन महीने से लगाकर दो साल के छोटे जानवरों को इससे विशेष भय रहता है। यह रोग एकाएक बुखार से शुरू होता है। उसके पीछे जानवर लंगड़ा हो जाता है। बहुधा लंगड़ापन एक ही टांग में रहता है। जानवर गाना, घरना और पांगुर करना, छोड़ देता है और पड़ा रहता है, साँस लोहार के भाँते या धुकनी की तरह चलती है और साथ ही साथ घुरघुराहट होती है, पिछली टांग के ऊपर की सूजन दवाने से कड़कड़ बजती है। इस रोग से बहुत मृत्यु होती है और अच्छे तो बहुत कम रोगी होते हैं। प्रतिरोधक उपचार ही बहुत प्रायदे के हैं। यह रोग अपने मौसम में ही होता है, इसलिये इसके मौसम के यदि एक महीने पहिले ही डाक्टर को बुलाकर पिचकारी लगवादी जाय, तो कम से कम एक मौसम भर जानवर इस बीमारी से सुरक्षित

रह सकते हैं। यदि यह रोग फूट ही निकले तो माता की बीमारी के विषय में बतलाई हुई ताकीदों पर अमल करना चाहिये।

### “ ५ फुट एन्ड माउथ डिज़ीज़ ”

इसे पुरी या बैका कहते हैं, इसकी अक्सर आम शिकायत रहती है। यह बीमारी एक छुत्तैला बुखार है जिसके साथ साथ मुँह में, खासकर जीभ पर, और पैरों में चमड़े और खुरों के नीचे फफोले आजाते हैं। इलाज के देशी तरीक़े के मुताबिक़ रोगी जानवर को पानी के पस बांध दिया जाता है जिससे उसके खुर हमेशा कीचड़ में रहें। पायल खुरों के बीच में डीकामाली की मालिश की जाती है। डाक्टर लोग छालों को धोकर उनपर मलहम लगाने के ठीक तरीक़े को समझा देते हैं और एक नीली दवाई की पिचकारी भी देते हैं जिससे बहुत कायदा होता है। इस रोग से मृत्यु बहुत कम होती है, परन्तु जानवर कमज़ोर होजाने से बहुत समय तक काम करने के योग्य नहीं होता।



## पारच्छेद १९

‘ पशुओं के संक्रामक रोगों को रोकने के उपाय ’

अधिकांश प्रांतों में पशुओं की बीमारियां अधिकता से पाई जाती हैं, क्योंकि बड़े बड़े मेलों और भिन्न-वाजारों में बहुत से मवेशी आसपास की रियासतों से इकट्ठे होते हैं और स्थानीय पशुओं में छुत्तली बीमारियां फैलाते हैं। कुछ सूबों में सरकार ने पशुओं की बीमारी की रूकावट के निश्चित कानून बनाए हैं, जिन से कि प्रांतीय सरकार को निम्न लिखित अधिकार मिले हैं।

- ( १ ) प्रांतीय सरकार को अधिकार है कि वह बाहर से प्रांत में पशु लाने का समय तथा रास्ता निश्चित करदे।
- ( २ ) वह ऐसे केन्द्र स्थापित करें जहाँ कि बाहर से आए हुए पशु एकत्रित किये जायें और उनका निरीक्षण हो और आवश्यकतानुसार वे वहाँपर एक नियत समय तक रोके जा सकें।
- ( ३ ) यदि आवश्यक हो तो पशुओं को टीके लगाए जायें।
- ( ४ ) बिना टीकावाले पशुओं को विक्रेता से रोक दें।
- ( ५ ) पशुओं के बाजार, मेले या नुमायशों [ प्रदर्शनी ] को बंद कर दें। या उन के भरने के लिये नियम

धनादें; परन्तु इन उपायों से पूरा फायदा तो तभी प्राप्त होगा, जब कि लोग स्वयं इस काम में सरकार से सहयोग करें। इस लिये यह आवश्यक है कि गांव वालों को समझाया जाय कि इन संक्रामक या लगने वाले रोगों के कारण क्या हैं और वे इन बीमारियों को कैसे रोक सकते हैं।

पिछले परिच्छेद में कुछ खतरनाक बीमारियों के कारण समझाये जा चुके हैं और यह भी साफ भौर से बतला दिया गया है कि उन में से अधिकांश बीमारियां जानवरों में फैल जानेपर पीड़ित पशुओं का सफलता पूर्वक इलाज नहीं हो सकता। इस लिये यह और भी जरूरी है कि वंश जानवरों में रोग न फैलने के लिये उपायों को क्रूरन अमल में लाया जाय। मत्ता की बीमारी के वर्णन में बतलाए हुए उपायों के अलावा गांव वालों को इस बातपर निगरानी रखनी चाहिये कि गांव के ढोरों के साथ अन्य गांवों के छूटे जानवर न मिलने पावें और जब किसी जानवर में बीमारी के चिन्ह दिखाई पड़ें, तो गांव के चतुर पुरुषों को चाहिये कि वे इस बात की खोज करें कि उसे कोई छुईली या लगनेवाली बीमारी तो नहीं है यदि ऐसा होता उम जानवर को क्रूरन अलग कर देना चाहिये। यदि पड़ोस के किसी गांव में इन बीमारियों के होजाने की खबर मिले, तो उम गांव के ढोरों से सब संपर्क बचाना चाहिये। गांव में यदि बंजारों के ढोरों का पड़ाव पड़ता हो, तो गांव के ढोरों को उनके साथ न मिलने देना चाहिये। यदि बाहर के बाजार या मेले से कोई जानवर मोल लाया जाय तो उसे कम से कम पंद्रह दिन तक गांव के ढोरोंसे

अलग रखना चाहिये । यदि कोई जानवर अकस्मात् मर जावे और उसकी मृत्यु के कारण का पता न चले, तो उसकी लाश को जला या गाड़ देना चाहिये और उसकी खाल न निकलवाने देना चाहिये । जहां तक बने लाश को गंहरा गाड़ना चाहिये और उसके ऊपर जानवर के बचन के बराबर चूना पूर देना चाहिये जिस सार में रोगी जानवर बंधा रहा हो या जहां उसकी मृत्यु हुई हो वहां की मिट्टी सुरक्षित ढालना चाहिये और दूर ले जाकर गाड़ देना चाहिये । जब तक ढोरो को टीका लगाने के लिये डाक्टर न पहुंचे तब तक हर एक चीज जहां की तश रहने देना ही उत्तम है । अर्थात् एक घर के जानवरों और चाकरो को दूसरे घर के जानवरों और चाकरो से नहीं मिलने देना चाहिये । और गांव के चरागाह में चरने के लिये जानवरों को इकट्ठे नहीं होने देना चाहिये । यों समझो कि जानवरों का सब चलना फिरना बंद कर देना चाहिये । पशुधर्म देशों में खून को फैलाने से रोकने का यह उत्तम उपाय सिद्ध हुआ है ।



## परिच्छेद २०

### कुछ दवाइयां

पिछले परिच्छेद में वर्णित बड़ी बड़ी बीमारियों के अलावा ढोरो को और भी कई बीमारियां होती हैं जैसे कि लाल पेशाब, छोटी माता, सूखी, हमल गिरना, बांझपन, इत्यादि। इनके इलाज के लिये किसी होशियार डाक्टर से सलाह लेना चाहिये। गांव में लोग अक्सर तो मवेशियों के इलाज की परवाह ही नहीं करते और अगर दवाई की भी तो लापरवाही के साथ, जिसने जो मतलादी। ढोरो के मालिकों को याद रखना चाहिये कि मवेशियों की तंदुरुस्ती पर उनकी खेती की उन्नति निर्भर है और उनके इलाज में ज्यादा पैसा भी खर्च नहीं होता। बहुतसी छोटी बीमारियां तो ऐसी हैं जिनका देहातवाले खुद ही इलाज कर सकते हैं या कम से कम बीमारी को खोफनाक होने से रोक सकते हैं। इस सम्बन्ध में नीचे दिये हुए नुमारे उपयोगी सिद्ध होंगे। औषधियों की मात्रा जो नीचे दी गई है वह पूरे बड़े जानवर के लिये है। छोटे जानवरों और बच्चों के लिये उनके वजन और अवस्था के अनुसार सुराक कम करके देनी चाहिये। नीचे लिखी हुई पूरी सुराक का छटवां भाग एक बड़ी भेड़ या बकरी को दिया जा सकता है।

- |                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| १. जुलाब—अलसी या अंडी का तेल ... | ५ छटाक   |
| मीठा तेल ...                     | ५ छटाक   |
| जमाल गोटा का तेल ....            | २० घुंटा |

या जमान्त गोटे के १० बीज पीसकर मिला दो । मिलाकर पिला दो ।

२. उत्तेजक—(अ) देशी शराब ... ४ छटाक  
 पिसी हुई सोंठ ... १॥ तोला  
 पिसी हुई काली मिर्च.... १॥ तोला

मिलाकर दस छटाक पेज के साथ पिलाओ और जब तक जरूरत हो चार चार घंटे में खुराक देते जाओ ।

- (ब) नौसादर ... १॥ तोला  
 पिसी हुई सोंठ ... १॥ तोला  
 पिसा हुआ कुचले का बीजा. १॥ तोला

मिलाकर ऊपर कहे मुताबिक पिलाओ ।

३. पौष्टिक और कृमि नाशक ।

- पिसा हुआ हीरा कर्सास ... १॥ तोला  
 पिसा हुआ कुचले का बीजा ... १॥ तोला  
 पिसा हुआ चिरायता ... २॥ तोला

मिलाकर एक पुड़िया रोज रातब के साथ या दस छटाक पेज के साथ देओ ।

४. संकोचक—[ ऐंस्ट्रिन्जेन्ट ]

- पिसी हुई खड़िया मिट्टी ... २॥ तोला  
 पिसा हुआ कत्था ... १॥ तोला  
 पिसी हुई अजवाइन ... १॥ तोला

मिलाओ और रोज दो बार दस छटाक पेज के साथ देओ ।

५. दर्द नाशक और कृमिनाशक—

तारपीन का तेल	...	११ छटाक
अल्मी का तेल	...	११ छटाक
मिलाकर पिलादो ।		

६. कृमिनाशक—

पिभी हुई ईंग	...	१॥ तोला
पिसी हुआ गंधक	...	२॥ तोला
पिसे हुए पलास के बीज	....	१॥ तोला

मिलाकर रोज एक पुड़िया १० छटाक पेज के साथ १० दिन तक पिलाओ ।

७. चर्म रोग के लिये लेप या औषधि—

( अ ) पिसा हुआ गंधक	...	१० छटाक
फडुवा [ सरसों का ] तेल	...	१० छटाक

खूब मिलाओ और चमड़े को गरम पानी और साबुन से खूब धोकर लेप लगादो फिर पांच दिन के बाद धोकर लेप दुबारा लगाओ ।

( ब ) तम्बाकू के पत्ते	....	१ हिस्सा
पानी	...	१० हिस्सा

तम्बाकू को पानी में आध घंटे तक खीलाओ या चुरने दो, फिर छान लो और लगाओ ।

८. खरम के लिये दवाईः—

( अ ) किनाईल	...	१ हिस्सा
पानी	....	१०० हिस्सा

यह चर्म रोगों के लिये भी उपयोगी है ।

( ब ) कपूर	...	१ हिस्सा
मीठा तेल	....	१ हिस्सा

६. संकोचक [ पेस्ट्रिन्जेन्ट ] बाहर लगाने के लिये ।

पिसा हुआ नीला थोथा	...	पांच आने भर
„ हीरा कसीस	....	पांच आने भर
„ फिटकरी	....	२॥ तोला
गरम पानी	....	१० छटाक

घोलो और ठन्डा होनेपर लगाओ, यह खून बंद करने के लिये अच्छी दवा है ।

१०. मालिश का तेल—

तारपीन का तेल	....	१ हिस्सा
राई का तेल	....	१ हिस्सा

मिलाकर मालिश करो ।

बीमारियों के अलावा घाव, फोड़े, छाले, रगड़, मोच, गांठ पड़ जाना व हड्डी टूटने आदि से भी जानवर दुख पाते हैं और अभाग्य वश कोई उन पर ध्यान नहीं देता । जब कभी इस प्रकार की कोई घोट हो, तो जानवर से कोई ऐसा काम नहीं लेना चाहिये जिससे तत्कालीन घड़ जावे । रगड़ और मोच के लिये गरम गरम सेक, टिकचर याक आयोडिन या मालिश का तेल लगाना चाहिये । घाव और फोड़ों को धोकर कचरा निकाल देना चाहिये और कोई किनाइल इत्यादि छूत नाशक दवाई लगाना चाहिये, अथवा सिरके नमक के पानी से धोकर और पट्टी बांधकर मक्खियों से बचाना चाहिये । यदि जरूरत हो तो डाक्टर को बुलाना चाहिये या जानवर को अस्पताल भेजना चाहिये ।

११. घोंड़ों की शक्ति बर्धक वुरुनी:—

मैथी	....	१०० भाग
बड़ी मौँक	....	२० भाग
वादिमान मौँक	....	१० भाग
सुरमा	....	१० भाग
नीमादर	....	२५ भाग
हॉग	....	१ भाग
मोठ	....	१० भाग
गोंग	....	५ भाग
गंधक	....	५ भाग

इनको चारोंक पौमकर भिन्ना दो और आधा छटाक प्रतिदिन दो बार रातय में मिलाकर गिलाओ ।

१२. घोड़े का मलहम ।

लोभान	....	४ तोला
नोन	....	४ तोला
चर्ची	....	८ तोला
शहद	....	२ तोला

इनको मिलाओ और धीरे धीरे चुरने दो जब तक कि उबलने लगे फिर उस में एक बोलन नारपीन का तेल डालो, फिर आग पर से हटाकर चलाते रहो जब तक कि ठंडा न हो जाये ।

१३. अड़ियल घोड़ों को दुग्म करने का तरीका:—

जब घोड़ा पहिले पहल अड़े तो उसको बिना मोचे समने चादुक से मत मारो । बातो उसे कोट्ट ददे होगा या वह देग्ने, मुने, या रूग्ने की शक्ति से वह समन्ता है कि आगे कुछ खवरा

है । यदि सबब मालूम हो जाय, तो उसे रफा करो । यदि वह जिद्द के कारण या काम न करने की इच्छा से अड़ता है, तो उसे गाड़ी से अलग करलो और उसे इस प्रकार मे जल्दी जल्दी चक्कर दिलाओ जिससे कि उसे चक्कर आने लगे । इस काम के लिये दो आदमियों की जरूरत होती है; क्योंकि एक आगे रहेगा और एक को पीछे धुम की तरफ रखना होगा । उसको सड़ा मत होने दो और एक छोटे से दायरे के अन्दर घुमाओ । एक ही मर्तबे ऐसा करने से वह प्रायः ठीक हो जायगा । खराब से खराब घोड़ों के लिये जो कि अड़ जाते हैं और अपनी जगह से हटते ही नहीं, दो बार इस तरह चक्कर दिलाना काफी होगा । दूसरी तरफ़ीय यह है कि उस के मुँह में सड़क की धूल या कंकड़ भरदो, तब वह क्रौर्य चल देगा । इसका सिद्धान्त यह है कि ऐसा करने से घोड़े का खयाल बदल जाता है ।

## १४. सरोंच.—

जहाँ सरोंच लगी हो वहाँ के घाल कतर लो और उस जगह को मूत्र से या सिरका से या गरम नमक के पानी से धो डालो और ऊपर लिये हुए मलहम, चर्बी या घी को उस पर लगाओ ।

## १५. कुत्तों की खुजली दूर करने की दवा ।

[ अ ] अजवायन	...	॥ तोला
नीलायौधा,	...	॥ ”
आमाइल्दी	...	॥ ”
गन्धक	...	॥ ”

हेवर घाँक पीम डालो । फिर इसकी ६ पुड़ियाँ बनाओ । एक पुड़िया के चूर्ण को एक छटाक राई के तेल में मिलाकर इस मिश्रण को कुत्ते के ऊपर मालिश कर दो और उमे धूप में बांध दो । फिर इसी तरह और पाँच रोज़ तब उपचार करना चाहिये ।

[ व ] डामर	....	२ तोला
गन्धक	...	१ ”
अलसी का तेल	....	१ ”

लेकर इनको मिला दो और चमड़े के ऊपर सूख मालिश कर दो । २४ घण्टे तक यह लेप उसके बदन पर लगा रहे । उसके बाद साबुन और पानी से धो डालो । फिर तीन या चार बार और ऐसा ही करो ।



## परिच्छेद २१

### “दूध का व्यवसाय”

---

यदि गोरुओं की अच्छी खिलाई और देख रेख कांजाय और साथ ही साथ नस्ल भी सुधारी जाय, तो खेतों के वास्ते अच्छे बैल तो मिलेंगे ही परंतु साथ ही साथ अच्छी गायों से दूध की भी वृद्धि होगी। आजकल यह आम शिकायत है कि लोगों को काही थी और दूध नहीं मिलता। इस सूरत के दो कारण हो सकते हैं; दूध की पैदावारी में कमी या दूध की मांग की बढ़ती इसमें शक नहीं है कि आजकल मनुष्य संख्या में बहुत वृद्धि हुई है और दूध की पैदावार मांग के बराबर नहीं है। इसलिये आधुनिक तरीके पर डेरियों (दूध-शालाओं) की संख्या बढ़ाने की बहुत जरूरत है और यदि पड़े लिये नौजवान खासकर किसान समाज वाले, छोटी छोटी चायूगिरी की नौकरियां ढूंढते फिरने के बदले डेरी का धंदा करें, तो बहुत लाभ उठा सकते हैं। सभी प्रान्तों की कृषि शालाएं दूध के धन्दे की शिक्षा देती हैं; परन्तु लोग इससे पूरा फायदा उठाते नहीं मालूम पड़ते। शायद इस का कारण यह है कि दूध बेचने का धंदा कम इज्जतदार समझा जाता है परन्तु उसकी कम कदरी पानी मिलाने के दुर्व्यवहार के कारण से है। अच्छे खानदान के लड़कों के लिये इस धन्दे के अपनाने में कोई भी अड़चन नहीं है, वरों कि वे ठीक रास्ते से काम करें। अच्छे लोगों के हाथ में आने से धन्दे की भी कदर बढ़ जायगी। दूध का व्यवसाय होशियारी से करने के लिये निम्न लिखित बातें

को सीखना चाहिये । गोरुओं की नस्ल सुधारना, ठीक ठीक खिलाई करना, गोशाला के जानवरों की उचित देख रेख करना और अच्छा मक्खन और घी बनाना । नस्ल सुधारने के विषय में रेती मुहकमे की कार्य प्रणाली का वर्णन एक पिछले परिच्छेद में दिया जा चुका है । दूध के व्यवसाय की सफलता के लिये यह बहुत जरूरी है कि गोशाला के जानवर दुधारू हों । और इस लिये गाय और भैंस खरीदने के पहिले उनकी दूध देने की शक्ति की जाँच दुहर कर लेना चाहिये । सरकारी फार्म में जानवर खरीदने में कोई दिक्कत नहीं होती है, क्यों कि वहाँ हर एक जानवर के दूध का वजन गोजाना रजिस्टर में दर्ज किया जाता है । और इन रजिस्ट्रों का मुलाहिजा किया जा सकता है । गोशाला के वास्ते वही जानवर अच्छा होता है जो कि अधिक चिकनाईदार ज्यादा दूध देता है और हर एक व्यात के बाद सिर्फ चंद हफ्ते ही सूखा रहता है । खरीदने के लिये एक या दो व्यात वाली गाय या भैंस अक्सर उत्तम होती है । जानवर खरीदते समय नीचे लिखी हुई मुख्य बातों को देखना चाहिये:— शरीर साम्हने की अपेक्षा पीछे ज्यादा भारी हो और पुट्टे दूर दूर हों । ऐन भरे रहने पर विस्तृत दिखे और खाली रहने पर भुर्रां दार हों और धन मंभोले और दूर दूर हों दूध की नस बड़ी और मुड़ीदार हो । चपला, पचचर के आकार वाली यानी भारी पिछले घड़ वाली गाय जिसकी कि गर्दन और कोहनी पतली हो, कंधों पर अधिक मांस न हो और रीठ पैनी हो बहुधा ज्यादा दुधारू निकलती है । इस किस्म की गाय खुराक ही अच्छी तरहसे नहीं पचाती, बल्कि पची हुई खुराक परिणित करने में दक्ष होती है । देख रेख के विषय में पहले ही कहा जा चुका है कि जानवरों को अच्छे

स्थान में बांधना चाहिये और अच्छी तरह से पिलाना पिलाना चाहिये। उन्हें घराघर नियमानुसार घूमने फिरने का भी अवसर देना चाहिये।

दुहते समय ध्यान रखना चाहिये कि जानवर पहिले नहला कर माफ कर दिये जायें, थन दिल्दुल साफ हों, दुहने वालों के हाथ साफ हों और दूध के वर्तन साफ और सुथरे हों और दूध दुहते समय उनमें धूल या कचरा न गिरे। ज्योंही दुहना पूरा हो जाय, त्योंही वर्तन को ढांक देना चाहिये जिससे कि उसमें मक्खी और धूल न घुस सके। यदि गोशाला किन्नी शहर के नज्दीक है तो दूध के बेंचने में कोई दिक्कत न होगी। ऐसे स्थानों में तो मक्खन की भी सांग होती है; परन्तु यदि सब दूध न बिक सका तो उसका घी बनाना पड़ता है। घी ज्यादातर भैंस के दूध से बनाया जाता है, क्योंकि उसमें छः से आठ प्रतिशत चिकनाई होती है। गाय के दूध में केवल ४ से पांच प्रतिशत चिकनाई होती है। घी का स्वाद और सुराबू बहुत कुछ दूध की स्वच्छता और शुद्धतापर निर्भर होती है। दुहने बाद कौरन दूध को एक मटके में धीमी आंच पर क़रीबन छः घंटे तक रखना चाहिये जिससे कि चिकनाई ऊपर आजाये। सब दूध को ठन्डा करके मलाई को दूसरे वर्तन में निकालकर रख लेना चाहिये और उसमें थोड़ा सा दही जामन के लिये मिला देना चाहिये। दूसरे दिन इस मलाई के दही को मथना चाहिये। मथने से लगभग आधे घंटे में मक्खन बन जावेगा। मलाई निकालने पर बचा हुआ दूध खाया पिया जा सकता है या बछड़ों को पिलाया जा सकता है। यह दूध सुराक की दृष्टि से काफी अच्छा होता है। पुरानी परिपाटी के अनुसार गरम दूध में से मलाई नहीं निकाली जाती बल्कि

पूरे दूध का ही दही जमा दिया जाता है और फिर मथा जाता है और मक्खन निकालने के बाद छाँछ बाँट दिया जाता है या बच्छों को पिला दिया जाता है। दूध में से मलाई निकालने से यह फायदा है कि बचे हुए दूध का खोया बनाया जा सकता है। दही मथकर मक्खन बनाने और खोया बनाने के तरीकों को हरएक देहाती जानता है और इनके विषय में कोई नई बात नहीं बताई जा सकती। गाय के घी का रंग कुछ पीला होता है और जमने पर उसका दाना छोटा होता है; परन्तु भैंस का घी सफेद और बड़े दाने वाला होता है। धिनीला दिलाए जानेवाले जानवरों का घी बड़े दाने वाला और स्वादिष्ट होता है। एक सेर भैंस के अच्छे दूध से कर्गीच मथा छटाक और एक सेर गाय के दूध से कर्गीच चार तोला घी तैयार होता है।

---

## परिच्छेद २२

### “मुर्गियों का व्यवसाय”

—:०:—

बुद्ध बरस पहिले उँची जाति के हिन्दुओं को मुर्गी और अंडे खाने से मजहूरी परहेज था; परन्तु यह अरुचि अब तेजी से मिट रही है। बहुत छोटी पूंजी से ही एक नौजवान किसी शहर के पास मुर्गी-खाना खोलकर खासी जीविका पैदा कर सकता है। देहात में भी किसानों को एक सहायता धन्ये की तरह मुर्गियां पालना चाहिये। यह भी कहा जाता है कि यदि मुर्गियां जुने हुये खेतों में छोड़ दी जाय, तो वे उन कीड़ों और इलियों को खाजाती हैं जिनमे कि फसलों को नुकसान पहुँचता है। अब कई सरकारी कामों पर मुर्गी पालना गुरु होगया है। वे लोग जिन्हें इनमें दिल-चस्पी हो, इन कामों का निरीक्षण करें और इस धन्ये को सीखें। नौसिखियों के लिये नीचे दिए चुटाकिले उपयोगी होंगे।

- १ एकही जाति की मुर्गियां या बत्खें पालो। जो मुर्गियां बैठने के पहिले करीब दस अण्डे देती हैं और साल में सिर्फ तीन बार अण्डे देना शुरु करती हैं, वे पैदावारी के लिये और बच्चों की देख रेख के लिये अच्छी होती हैं।
- २ मुर्गी-खाना, जहाँ मुर्गियां आराम करती हैं और अंडे देती हैं, सब मौसमों में सुरक्षित और खूब हवादार होना चाहिये। उसे रोज साफ करके उसमें राग बिछा देना चाहिये। एक ही घर में बहुतसी मुर्गियों की भीड़ न होने देना चाहिये। १ फुट लंबे, १ फुट चौड़े और ८ से

६ फुट की उंचाई के उतार वाले दरबे में एक मुर्गी और पांच मुर्गियां रखना उत्तम होता है दरबे के अन्दर जमीन से १८ इंच की उंचाई पर एक चार इंच चौड़ी बैठक होनी चाहिये जिस पर कि छहों परिन्दे आराम कर सकें।

३ अण्डे के सेने के लिये एक छपरी रहना चाहिये जो कि सामने से खुली हो।

४ भुन्ड में हमेशा नौजवान परिन्दे रखना चाहिये, और २ वर्ष से ज्यादा उम्र वाले बेच डालना चाहिये।

५ खाने के लिये चिड़ियों को उतना ही देना चाहिये जितना कि वे खुशी से खावे, ज्यादा नहीं। चिड़ियों के लिये ताजे और अच्छे पानी का इन्तिजाम होना चाहिये, ताकि वे जब चाहे तब पानी पी सकें।

६ जहां तक हो सके ताजे अंडों से बच्चे लिये जायें। वे मुर्गी के सेने के लिये रखने के बक्त एक हफ्ते से ज्यादा पुराने कभी न हों।

७ उथले भिट्टी के वर्तन, जैसे घमेले, मुर्गी बैठाने के काम में लाने चाहिये। उनमें राख भर देना चाहिये और उस पर थोड़ी ताजी हरी घास बिछा देना चाहिये। एक मुर्गी के लिये १० से १२ तक मुर्गी के अण्डे और ६ से ८ तक बतख के अण्डे काफी होते हैं।

८ बैठने वाली मुर्गियों को दिन में एक बार खिलाना चाहिये, उन्हें खिलाने पिलाने के लिये घमेले से उतारने के लिये परंप पकड़कर उठाने की जरूरत पड़ना संभव है।

- ८ सेने वाली छतरी में रेत और राख का ढेर होना चाहिये जिसमें मुर्गियां रोज लोट सकें। ऐसा करने से मुर्गियों में जुएं नहीं पड़ने पाते। धूल में लोटने, खाने, पीने, और खेलने के लिये आया घंटा काफी होगा। उसके बाद उन्हें घमेंले के घोंसले में जाने के लिये उकसाना चाहिये।
- १० २१ दिन के सेने के बाद बच्चे निकलते हैं। अंडों से बाहर निकलने के बाद २४ घंटे तक उन्हें कोई छुटाक की जरूरत नहीं पड़नी और उन्हें खिलाने की कोशिश करने के पेरतर बेहतर होगा कि मां को बच्चों के साथ बाहर निकल आने दिया जाय।
- ११ नये पैदा हुए चूजों के लिये सबसे उत्तम छुटाक सख्त पकाई हुई अंडों की छर्डी और दूध में भिगोई हुई घासी रोटी होती है। एक या दो दिन के बाद दारिक पिस्ता हुआ दाना या क्रीमा दिया जा सकता है। एक हफ्ते तक चूजों को एक एक घंटे में सिलाना चाहिये। इसके बाद चापर मिला हुआ अलू का भर्ता और दारिक कतरी हुई हरी घास दे सकते हैं।
- १२ मुर्गी हाल में निकले हुए चूजों के साथ अलग एक खाने में रखनी चाहिये। जालीदार बड़े टोकने इस काम के लिये अच्छे होते हैं।
- १३ जब बच्चे कुछ महीने के होजायें, तब उनमें से उत्तम उत्तम चिड़ियों को बच्चे पैदा करने के वास्ते छांट लेना चाहिये और बाक़ी दमोख्त कर डालना चाहिये।

मुर्गी पालने को एक सहायक धन्धा बनाने की राय में कई गवर्नमेन्ट कामों में मुर्गी पालने का काम तजुर्वे के बतौर शुरू किया गया है। इन कामों पर नये तरीके से मुर्गी-खाने और दूसरी जरूरी विधियाँ वैज्ञानिक रीति से अमल में लाई जाती हैं। इन प्रयोगों का अन्तिम ध्येय यह है कि देहात की मुर्गियों की नसलें अच्छे मुर्गों द्वारा ऐसी सुधारी जावें जिससे कि वे घड़े और अच्छे अंडे देने वाली होजावें। कुछ प्रांतीय सरकारों की अनुमति से इसके लिये जो योजना बनाई गई है, उसके अनुसार गांव की मुर्गियों के मालिकों को मुफ्त में अच्छे मुर्गे दिये जावेगे, यशते कि वे गांव के मुर्गों को जो कि उनके पास हैं बेंच डालें या अन्य प्रकार से उनको अलग कर दें और अच्छी नस्ल के मुर्गों को अच्छी तरह से पालकर रक्खें।



भाग ३ रा  
**सार्वजनिक स्वास्थ्य**  
 परिच्छेद २३  
 “ सार्वजनिक स्वास्थ्य का महत्व ”



यह बात निर्विवाद है कि इस देश में कारस्तकारों की माली हालत अच्छी नहीं है। इस के कई कारण हैं। कुछ काल हुआ विलायत के एक रॉयल कमीशनने यहाँ की खेती की उन्नति के सम्बन्ध में जाँच की थी जिस से यह मालूम हुआ कि गांव के बहुत से लोगों की हालत खराब होने का एक मुख्य कारण यह भी है कि वे अक्सर ऐसी बीमारियों से प्रसित रहते हैं जिन से कि वे यदि माक्रूल एहत्यात करें, तो अवरय बच सकते हैं। इन बीमारियों से उनकी काम करने की ताकत कम हो जाती है यहाँ तक कि रोगों के कारण जो आर्थिक हानि होती है उस का अंदाज हो नहीं किया जा सकता। हर साल एक मलेरिया ब्वर सेही सैकड़ों किसान अपने जीवन से हाथ धो बैठते हैं और हजारों की मेहनत करके पैसे कमाने की ताकत घट जाती है। किसानों की

मैली कुवैली आदतों, तथा भोजन के कमी, से भी उनकी कार्य करने की शक्ति कम हो जाती है; इस लिये जब तक किसानों के रहन सहन में तरक्की न की जाय, तब तक कृषि में कोई उन्नति खास तौर पर नहीं हो सकती। इस प्रकार जनता के स्वास्थ्य की उन्नति करने का प्रश्न महत्वपूर्ण है; क्योंकि सुखी और स्वास्थ्य जनता ही राष्ट्र का सच्चा धन है न कि भौतिक उन्नति। दुर्भाग्य की बात है कि इस देश में लोग स्वास्थ्य के नियमों तथा स्वच्छता पर बहुत कम ध्यान देते हैं और खासकर देहात के लोग तो इन्हें जानते ही नहीं। वे खुली हवा में रहकर काम चरुर करते हैं, मगर स्वास्थ्य सम्बन्धी कुछ मूल नियमों से अपरिचिन रहने की वजह अक्सर बीमारियों से पीड़ित रहते हैं। ये बीमारियां क्यों होती हैं, इस का यदि थोड़ासा भी ज्ञान उनको हो जाय, तो वे उन से आसानी के साथ बच सकते हैं। इस लिये उन्हें स्वास्थ्य के कुछ साधारण नियम सिखाने की अत्यंत आवश्यकता है। साथ ही उन्हें यह भी समझा दिया जावे कि यदि किसी प्रकार बीमारों आही जावे, तो वे उस का भली भांति इलाज करावें। इस विषय के सुधार करने में दो तरह की कठिनाइयां अक्सर सामने आती हैं। एक तो लोगों को आज कल के नये तरीके के इलाज से घृणा-सी है और दूसरी सरकारी या गैर सरकारी सुसम्पूर्ण अस्पतालों की संख्या इतनी कम है कि वह अंगुलियों पर गिनी जा सकती है। कोई लोग यह प्रश्न करते हैं कि सरकार हर एक मुख्य गांव में एक एक अस्पताल क्यों नहीं खोल देती। इस का कारण यह है कि मामूली तौरपर एक देहाती अस्पताल के लिये कम से कम २०००) रुपयों की वार्षिक आवश्यकता होती है। इस हिसाब से अगर २५ गांवों के बांच में भी एक अस्पताल खोला जाय, तो

कुल खर्च इतना ज्यादा होगा कि मौजूदा माली हालत का खयाल करते हुये कोई भी प्रांतीय सरकार इतना बोझ उठाने के लिये तयार नहीं हो सकती। तो भी सरकार धीरे धीरे अपने अस्पतालों की संख्या बढ़ाने में प्रयत्नशील है और डिस्ट्रिक्ट बोर्ड व दीगर स्थानीय संस्थाएँ भी इस और अपना हाथ बढ़ा रही हैं। इस के अलावा स्थायी दवाखानों के अतिरिक्त कुछ प्रांतों में गश्ती दवाखाने भी खोले गये हैं जिन से हैजा, लेग, महामारी आदि फैलनेवाली बीमारियों को रोकने में पर्याप्त सफलता प्राप्त हो रही है। ये गश्ती दवाखाने एक प्रकार के छोटे संगठित अस्पताल होते हैं जिनमें साधारण बीमारियों के इलाज के लिये हर प्रकार की दवाइयाँ रहती हैं। ऐसा एक अस्पताल किसी एक मुख्य गांव में करीब १ हफ्ता ठहरकर दूसरे गांव को चला जाता है। प्रातःकाल जो रोगी डाक्टर के पास आते हैं उनका इलाज किया जाता है और दो पहर के बाद डाक्टर गांवों में घूमता है तथा मुफ्त में दवाइयाँ बांटता है। ये डाक्टर लेग और हैजा रोकने वाले टीके लगा सकते हैं। ग्राम निवासियों को चाहिये कि जब पड़ोस में कोई फैलनेवाली बीमारी हो तो इन डाक्टरों से जल्द ही टीका लगवावें।

जहाँ मेल भरते हैं वहाँ भी ये दवाखाने रग्ये जाते हैं। वहाँ के कुल कुआँ तथा तालाबों में लाल दवा छोड़ते हैं, मेल की सफाई का प्रबंध करते हैं और जो यात्री बीमार पड़ते हैं उनका इलाज करते हैं। वे स्वास्थ्य के विषयों पर भाषण भी देते हैं। इन बातों से साफ जाहिर होता है कि ये दवाखाने बहुत उपयोगी काम करते हैं। इसलिये ग्राम निवासियों को चाहिये कि वे उनसे पूरा फायदा उठावें। प्रांत के धनी माली लोग दवाखाना खोलने से

बढ़कर कोई और दूसरा धर्मार्थ या काम नहीं कर सकते। यदि वे अपने व्यय में मुम्किन औपचारिक नहीं गोल सकते, तो अपने मर्किल में कम से कम एक एक वर्ष के लिये गश्ती दवाखाने ही गोलें। परंतु इलाज करने की अनिवार्य बीमारी को रोकना कहीं अच्छा होता है। इसलिये सरकार और ग्रामोत्थान के कार्यकर्ताओं को उचित है कि वे ग्रामीणों को स्वास्थ्य के मोटे नियम मिगान का भग्मक प्रयत्न करें। वे नियम कठिन नहीं हैं और इतना अनुकरण सरलता पूर्वक किया जा सकता है।

ग्रामीणों को फैलने वाले रोगों तथा उन में बचने के उपायों का भी थोड़ासा ज्ञान करा देना चाहिये। गौर मरकारी कार्यकर्ताओं के लिये इस से बढ़कर और दूसरा कोई उपकारी काम नहीं हो सकता कि वे गांव वालों के कष्ट को दूर करने और उनकी आर्थिक दशा सुधारने के लिये संगठित प्रयत्न करें, तथा स्वास्थ्य के नियमों को न जानने और भले कुर्बले जीवन के कारण अकाल मृत्यु से उन्हें बचावें और उपदेश देकर बालकों की मृत्यु संख्या कम करें। धनवान् लोगों के लिये सब से बढ़कर घरे कार्य यही हो सकता है कि वे अपना रुपया जहाँ जल की कमी हो जेमे गांवों में जल की सुविधा बढ़ाने में खर्च करें। वे अपने रुपयों का सदुपयोग अस्पतालों, गश्ती दवाखानों या बच्चों के स्वास्थ्य सम्वन्धी केंद्र गोलने और इन्हें चलाने में और मुक्त दवा बटवाने में भी कर सकते हैं।

ग्रामोत्थान के उत्साही कार्यकर्ताओं के लिये निम्न लिखित कार्यक्रम उपयोगी होगा:—

( १ ) सार्वजनिक स्वच्छता:—

[ अ ] कार्यकर्ताओं को देखना चाहिये कि वे कुएँ, तालाब आदि जहाँ से ग्रामीण लोग पीने का

पानी लाते हैं स्वच्छ हैं और उन में लाल दवा डाली गई है वा नहीं ।

[आ] पाखाने की प्रणाली चलाई जाय अथवा मल मूत्रादि त्यागने के स्थान नियत कर दिये जायें ।

[इ] सार्वजनिक स्वच्छता के नियमों का पालन कराया जाय ।

[ई] चमड़ा निकालने तथा पकाने और अन्य ऐसे घृणोत्पादक कामों के लिये आशदी से दूर प्रबंध किया जाय ।

[उ] नागफन्ती, नरोटा तथा अन्य बेकाम पैदावार को उखाड़ के फिकवाने का प्रबंध किया जाय ।

[ऊ] खाद और कूड़ा-कचरा गांव के बाहर एकत्रित किया जाय ।

[ए] जिन कमरों में किसान रहते या सोते हों उनके पास कोई पशु न बांधे जायें ।

[ऐ] ग्रामीणों को उत्साहित किया जाय कि वे बड़े मकान बनायें जिन में घोंघु तथा प्रकाश आने का समुचित प्रबंध हो ।

[ओ] ग्रामीण पाठशालाओं के विद्यार्थियों की स्वास्थ्य परीक्षा का प्रबंध किया जाय ।

[औ] स्वास्थ्य के साधारण नियमों तथा "प्राथमिक-सहायता" की शिक्षा शालाओं में ठीक प्रकार से दी जाय ।

[ अं ] बच्चों के स्वास्थ्य परीक्षा के लिये केंद्र स्थापित किये जायें और वहाँ पर किस प्रकार से बच्चों को खिलाना तथा किस प्रकार उनका पालन-पोषण करना आदि के प्रदर्शन तथा शिक्षा का उचित प्रबंध किया जाय ।

[ अः ] प्रामीण दाइयों के शिक्षण ( ट्रेनिंग ) का प्रबंध किया जाय और यह भी इन्तजाम किया जाय कि वे दूर से दूर गांवों में भी पहुँच सकें ।

[ अः ] नशीली चीजों के उपयोग के विरुद्ध-आन्दोलन किया जाय और विशेष करके माताओं द्वारा छोटे छोटे बच्चों को अफीम देने की प्रथा का अन्त किया जाय ।

( २ ) फैलनेवाली रोगमारियों के रोकने के उपायः—

( १ ) मलेरिया ( मौसमी ज्वर ) के लियेः—

[ अ ] कुनेन बांटी जाय और अन्य आवश्यक वस्तुओं का प्रबंध किया जाय ।

[ आ ] मसेहरी का इस्तेमाल करने पर जोर दिया जाय ।

( २ ) हैजा के लियेः—

[ अ ] कुओं में लाल दवा डालने की आवश्यकता पर तथा पीने के पानी के कुल स्थानों में सफाई रखने पर जोर दिया

जाय और जनता को स्वच्छ पानी पीने  
को मिल सके ऐसा प्रबंध किया जाय ।

(आ) हैजा के रोगियों को अलग रखा जाय  
और उनके मल-मूत्र आदि फेंकने का  
उचित प्रबंध किया जाय ।

(३) चेषक 'माता' के लिये:—

जनता में टीका लगाने की प्रथा लोक प्रिय बनाई  
जाय । आवश्यकतानुसार टीके दुबारा भी लगाने  
पर जोर दिया जाय ।

[४] लेग 'महानारी' या ताऊन के लिये:—

(अ) चूहे मारने पर जोर दिया जाय ।

(आ) लोगों को घर छोड़ने तथा लेग का टीका  
लगाने के लिये प्रोत्साहित किया जाय ।

ऊपर बतलाई हुई केवल कुछ सूचनाएँ हैं । ग्रामीण लोगों  
के स्वास्थ्य की उन्नति के लिये और भी कई ऐसे काम हैं जिनकी  
ओर ध्यान देना पड़ेगा । वास्तव में इस प्रकार के कार्य करने का  
क्षेत्र अपरिमित है ।

आगे के परिच्छेदों में ऊपर लिखे हुए विषयों के संबंध में  
विस्तृत सूचनाएँ दी गई हैं; और आशा की जाती है कि ग्रामोत्थान  
के कार्यकर्त्ता तथा ग्रामीण लोग इन्हें कार्यरूप में परिणत करेंगे ।



## परिच्छेद २४

### “ स्वास्थ्य के सरल नियम ”

जीवन मनुष्य की सबसे अधिक मूल्यवान जायजाद है और उसके परचान् सबसे ज्यादा कीमती चीज तंदुरुस्ती है। बिना तंदुरुस्ती के जीवन की बहुत कुछ उपयोगिता तथा उसके आनन्द नष्ट हो जाते हैं। एक रोगी पुरुष न तो सिर्फ अपने ही लिये भार स्वरूप होता है बल्कि अक्सर अपने नजदीकी हर एक व्यक्ति के लिये हानिप्रद तथा खतरनाक होता है क्योंकि बहुतसी धीमारियाँ एक मनुष्य द्वारा दूसरे को पहुंचा दी जाती हैं, अर्थात् धीमारी खून से फैलती है। रोग प्रायः स्वास्थ्य के नियमों के उल्लंघन के कारण पैदा होते हैं, इसलिये यह जरूरी है कि ये क़ायदे खूब अच्छी तरह से समझ लिये जायें और इनका पूर्ण रूप से पालन किया जाय।

स्वास्थ्य के क़ायदों में सर्व प्रथम नियम यह है कि ताज़ी हवा का खूब सेवन किया जावे। कुछ लोगों का ख्याल है कि ठण्डी हवा लेने से सर्दी और खांसी हो जाती है परंतु यह बड़ी भूल है। कम हवादार कमरों में कभी नहीं रहना चाहिये और मोते वक्त मुंह को कभी नहीं ढांकना चाहिये। जाड़े के दिनों में सिर को कंटोप द्वारा गरम रख सकते हैं और मच्छड़ों से बचने के लिये यदि मसहरी का प्रबंध न हो सके, तो चेहरे पर जालीदार पतला कपड़ा ढाला जा सकता है। मकान के दरवाज़ों और खिड़कियों को हमेशा खुला रखना चाहिये। केवल बड़ी गर्मी के

मौसम में कभी कभी दोपहर के वक्त ठंडक की गरज से दरवाजे खिड़की आदि बंद करने की जरूरत हो सकती है।

सड़े हुये पदार्थों को छू जाने से हवा स्राव हो जाती है इस लिये मकान के पास गोबर कूड़ा वगैरह इकट्ठा नहीं होने देना चाहिये। हवा के साथ धूल भी नथनों में घुस जाती है। इस लिये मकान, आंगन और उस के आस पास की जगह रोज़ झाड़कर साफ़ की जानी चाहिये। धूल की तरह छय आदि बीमारियों के कीड़े भी हवा द्वारा घुसते हैं, इस लिये खांसी के मरीज के साथ एक ही कमरे में रहना हमेशा खतरनाक है। जिस मर्ज से उसे खांसी आती हो, चाहे वह मामूली सर्दी या इनफ्लुएन्जा ( सर्दी या बुखार ) या तपेदिक हो, उस मर्ज के कीटाणुओं से उस कमरे की हवा दूषित हो जाती है और वही मर्ज दूसरों को भी लग जाने की सम्भवना रहती है। जब किसी को खांसी हुई हो, तब उसे बरामदे में या किसी अलग कमरे में रहना चाहिये। परंतु यदि खांसी वाले मरीज को खास कमरे में अलग करने का प्रबंध न हो सके और दूसरों को उस के साथ उसी कमरे में रहना या सोना पड़े, तो उस कमरे के सब दरवाजे खिड़कियां खुली रखना चाहिये जिस से कि दूषित हवा बाहर निकल जा सके।

११ स्वास्थ्य का दूसरा नियम यह है कि पीने का पानी शुद्ध और स्वच्छ होना चाहिये। पानी से बंदकर और दूसरा पेय नहीं है। शराब तो पेय पस्तु है ही नहीं। वह एक जहर है और तंदुरुस्त आदमी को उसकी कभी जरूरत नहीं पड़ती, इस लिये जिन्हें किसी भी रूप में शराब पीने की आदत हो, उन्हें उसे छोड़ देना चाहिये। यदि किसी को कोई तेज पेय पीना ही हो

तो वे चाय ले सकते हैं; परन्तु गाढ़ी चाय ने कब्ज होना है और बहुत गरम पेयों में पेट में केन्सर ( फोड़ा ) हो सकता है। दाढ़ार में आन तौर से विकने वाले मोड़ा लेमोनेड इत्यादि भी हानिकारक होते हैं, क्योंकि वे खराब पानी में और मैला कुचैली रंगिने बनाये जाते हैं। उन लिये शुद्ध पानी ही पीना सब में उत्तम है। फेंडा पेचिश बर्गरा कंड मर्ज, मैला पानी पीने के कारख होते हैं। जिन तानाब या नदी में लोग नहाने या कपड़े धोते हैं या जिन के पान न्हाड़े जंगल फिरने हैं वहां का पानी कदापि न पीना चाहिये, पीने का पानी गहरे पके कुवे में लेना चाहिये। इन कुवोंको मनच समय पर ठो मोला [ परमैगेनेट ऑफ पोटाश ] ताल द्वाइ में मार कर ले रहना चाहिये। जब कभी पानी के बिलकुल शुद्ध होने में शक हो, तो उसे उबालकर पीना चाहिये। पानी को मार बरतनों में रखना चाहिये। मिट्टी की मुराही में पानी धंडा रहता है और यदि यह ठोँककर, रक्खा जाये, तो पानी शुद्ध बना रहता है।

स्वास्थ्य का तीमरा नियम यह है कि अच्छा और पौष्टिक भोजन न्वाया जाये। शाकाहारियों को प्रतिदिन करीब भरमर दूध लेना चाहिये। यदि दूध में पेट फूले या दन्त लगे, तो उनमें बराबर पानी मिलाकर धीरे धीरे पीना चाहिये या उनका दही बनाकर खाना चाहिये। दूध शुद्ध होना चाहिये और पीनेके पहिले उसे उबाल लेना चाहिये; किन्तु ध्यान रहे कि दूध को बहुत ज्यादा उबालना ठीक नहीं। खाने के पदार्थों में चावल ज्यादा पौष्टिक नहीं होता। चिकनाप, हुमे, चावल को तो कभी न खाना चाहिये गेहूँ और दाल पौष्टिक होते हैं। उसी तरह ताड़ी मन्जी और फल भी फायदे मंद होते हैं। यदि तुम मांस खाते हो, तो हमेशा ख्याल रखो कि वह अच्छा न हो। अंडे, मलाई, तथा पकाई

हुई मछली भी लाभकारी भोजन है। भोजन को पूरी तौर से चवान्त्रो और भोजन के साथ अधिक पानी मत पियो। भोजन के बाद और भोजनों के बीच में पानी पीना, भोजन के साथ पीने की अपेक्षा अधिक अच्छा है। खासकर बच्चों को जड़ भोजन न करना चाहिये। दिन में दो बार भोजन करने की अपेक्षा चार बार हल्का भोजन करना ज्यादा अच्छा है। भारी भोजन करने के पश्चात् एक घंटा आराम करना अच्छा होता है। जहां तक हो सके बाजार मिठाइयां न खानी चाहिये।

स्वास्थ्य का चौथा नियम यह है कि अपना शरीर साफ रखा जावे। इसका अर्थ यह है कि हरी नीम या बबूल की दस्तान से या गंजन से जिसका एक नुस्खा बाद में दिया जावेगा रोज अपने दांत साफ करो। साफ पानी से अपना शरीर धोओ और दूने तो साबुन का उपयोग करो। शरीर और घालों में थोड़ा भीटा या कड़ुआ तेल दिन में एक दोफे अवश्य मलो। इससे चमड़ा नरम होकर रोग से बचाव भी होता है। भोजन करने के पहिले हाथों को हमेशा सूब साफ धो लेना चाहिये। पोशाक साफ और हवादार होना चाहिये। पलंग और बिस्तर को रोज धूप में डालना चाहिये जिससे उनमें के सब कीड़े और रोगों के कीटाणु मर जावें। इस बात की खबरदारी रखो कि रहने के कमरे के नज़दीक या मुकद्दर सडास के बाहर कोई शल्लू पेशाब या पाराना न फिर्ने पावे। मकान या आंगन के अंदर जमीन पर कभी मत थूको, क्योंकि थूक में अक्सर बीमारी के कीटाणु रहते हैं और जमीन पर चलते समय उन्हें बच्चों की अंगुलियों में उनके विषक जाने का भय रहता है।

उपर बतलाये हुये स्वास्थ्य संबंधी नियमों का पालन करना कठिन नहीं है; परंतु उनके उल्लंघन करने से मनुष्य कमजोर और रोगी हो जाता है। यदि इन आदेशों का हमेशा पालन किया जाये, तो मनुष्य का स्वास्थ्य और उमरकी जिन्दगी बढेगी।



## परिच्छेद २५

### “ बीमारियों के कारण ”

बहुतेरे लोगों का यह खयाल है कि रोग एक अनिवार्य आपत्ति है। दूर के गांव खेड़ों में जहां अन्धविश्वास का साम्राज्य बना है, वहां अब भी लोगों का यह विश्वास है कि चेचक की बीमारी देवी माता के प्रकोप के कारण होती है। परन्तु डाक्टर और वैज्ञानिक लोगों ने यह सिद्ध कर दिया है कि बीमारियां विशेष कारणों से उत्पन्न होती हैं। कुछ बीमारियां जैसे कि सूखी रुक्वीं आदि अपौष्टिक भोजन के कारण होती हैं; और कुछ जीवित विषैले कीटाणुओं द्वारा उत्पन्न होती हैं, जो कि हमारे शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। कृत्रिम्यत जैसे कुछ रोग हमारी खराब आदतों से पैदा हो जाते हैं। परन्तु दस्त रोगों में से नौ रोग तो कीटाणुओं द्वारा ही होते हैं। ये कीटाणु हमारे शरीर में कई रास्तों से घुस जाते हैं जैसे:—

- ( १ ) चूय, गर्दनतोड़ ज्वर, छांटी माता, शीत व माता ( चेचक ) इन्फ्लुएंजा, खांसी, घटसरप, सर्दी और फेफड़ों की दीगर बीमारियों के कीटाणु सांस में ली हुई हवा के साथ हमारे शरीर में प्रवेश करते हैं।
- ( २ ) हैजा, मोतीभिरा, पेचिसा वगैरा अंतर्दियो की बीमारियों के कीटाणु हमारे भोजन, पानी, आदि के साथ प्रवेश करते हैं।
- ( ३ ) सेग ( महामारी ) और मलेरिया ( जूड़ी बुखार ) के कीटाणु कुछ कीड़ों के काटने से हमारे शरीर में कोच दिये जाते हैं।

( ४ ) खून में जहर पैदा करनेवाले तथा धनुर्वात के कीटाणु घाव और फोड़ों द्वारा प्रवेश करते हैं ।

( ५ ) वे कीटाणु जिनके कारण आंख आ जाती है, मैली अंगु-  
लियों या मैले कपड़ों से आंख मलने के कारण या  
उन मक्खियों के द्वारा, जो दूसरे मनुष्यों की आई  
हुई आंखों से कीटाणुओं को यहां वहां ले जाती हैं,  
प्रवेश करते हैं ।

यह जानने पर कि विविध रोगों के कीटाणु किस प्रकार  
हमारे शरीर में प्रवेश करते हैं, हम उन रोगों से बचने के लिये  
उपाय कर सकते हैं । मसलन तुम्हें यह मालूम हो जाय कि किसी  
व्यक्ति को क्षय, मांकाइटस, इन्फ्लुएंजा, सर्दी या खांसी हुई है, तो  
उस व्यक्ति के साथ एकही कमरे में मत रहो । यदि किसी स्थान  
में हैजा फैला हुआ है तो उबाले हुये पानी का उपयोग करो और  
बाजार से आई हुई कच्ची सब्जियाँ और कच्चे फलों को मत खाओ ।  
मलेरिया ( जूड़ा बुखार ) वाली जगहों में मसहरी का इस्तेमाल  
करो, जिससे मच्छड़ तुम्हारे शरीर में जूड़ी बुखार के कीटाणुओं  
को न बौचने पावे ।

निरनिराले रोगों के कीटाणुओं के शरीर में प्रवेश होने की  
विधियों के विषय में ऊपर दिया हुआ वर्णन पूर्ण व्याख्यान नहीं  
है; इसलिये कुछ ऐसे रोगों की वास्तव अधिक बारीक ज्ञान प्राप्त  
करना जरूरी है जिसमें कष्ट होता है या मृत्यु हो जाती है, परंतु  
जो समय पर खतरा रोग लेने से रोके जा सकते हैं । ऐसे रोगों का  
अलग अलग विचार अगे के परिच्छेदों में किया जावेगा ।

## परिच्छेद २६

“क्षय-रोग”

१ ————— ८

पिछले परिच्छेद में यह बतलाया जा चुका है कि क्षय रोग पैदा करने वाले कीटाणु हमारे शरीर में श्वास द्वारा प्रवेश पाते हैं। जब किसी व्यक्ति को क्षय होता है तब बहुधा वह बहुत खाँसता है। खाँसते समय वह हवा में कफ के असंख्य छोटे छोटे कण फैला देता है जिन में अक्सर क्षय के कीटाणु भरे रहते हैं। इस तरह क्षयी के कमरे की वायु को जो व्यक्ति श्वास में लेता है उसे हवा के साथ-साथ क्षय के कुछ कीटाणुओं को भी अपने फेंफड़ों में खींच ले जाने की सम्भावना रहती है। क्षय होने का दूसरा कारण यह है कि क्षयी अक्सर जमीन पर धूक देता है। जब धूक सूखता है, तब हवा धूक के साथ कीटाणुओं को भी उड़ा लेती है। जब ये कीटाणु फेंफड़ों में बैठ जाते हैं, तो फेंफड़े धीरे धीरे खराब हो जाते हैं; परंतु जब ये अंतर्द्वियों में पैठते हैं, तब अंतर्द्वियों का क्षय होता है इस लिये मनमाना कहीं भी धूकना खतरनाक है। इस खतरे को दूर करने के लिये किसी भी राखस को फर्श या दीवाल पर, मकान के अन्दर या आम सड़क पर, सड़क की पटरियों पर, रेलगाड़ी, ट्रामगाड़ी तथा अन्य सार्वजनिक स्थानों में कभी न धूकना चाहिये।

दुनियाभर के रोगों की अपेक्षा इस रोग से अधिक मृत्युएँ होती हैं तथा कष्ट भी बहुत होता है। यह रोग गुप्त रीतिसे हो जाता है और जबतक तेजी पर नहीं पहुँचता तबतक मुरिकल से

पहिचाना जाता है और फिर उसे अच्छा करना बहुत कठिन हो जाता है । यदि खांसी और बुखार लगातार एक हफ्ता या अधिक दिनों तक रहे या कफ के साथ खून गिरे तो एकदम डाक्टर से सलाह लेकर इलाज शुरू कर देना चाहिये; क्योंकि यदि इलाज जल्द शुरू हो जाय तो यह रोग अच्छा किया जा सकता है । परंतु इलाज करने के बजाय रोग को न आने देना कहीं अधिक अच्छा और आसान है । इस वास्ते लोगों को चाहिये कि खांसने-वाले के कमरे में न रहें और इस सादे नियम का पालन कर अपने को बीमारी लगने से बचावे । अलावा इसके यदि शरीर ताजी हवा, पौष्टिक भोजन और कसरत द्वारा हट्ट-पुट्ट रखा जावे तो क्षय के दो चार कटिआणु शरीर में प्रवेश हो जाने पर भी पनपने नहीं पावेंगे ।

यदि दुर्भाग्य से किसी पर इस रोग का आक्रमण हो भी जावे, तो नीचे दिये हुये सुलभ नियमों को पूरी तौर से पालना बहुत जरूरी है ।

( १ ) रोगी को बरामदे में रखना चाहिये और यदि उसे कमरा दिया जावे, तो उस कमरे में दूसरे किसी व्यक्ति को नहीं रहने देना चाहिये । जहां तक हो सके, उसे खुले में रखा जाय ।

( २ ) रोगी के पास एक थूकदानी या मिट्टी का बर्तन रखना चाहिये जिसमें थोड़ी राख या किनाइल का पानी हो । इसमें थूके हुये थूक को नष्ट कर देना चाहिये या उसे दूर सुली जगह में गहरा गड्ढा करके गाड़ देना चाहिये ।

( ३ ) रोगी के भोजन करने के बर्तन अलेइदा रखना चाहिये और उसे परके दूसरे लोगों से अलग भोजन कराना चाहिये ।

( ४ ) सुमकिन हो, तो उसे किसी सेनिटोरियम जाने ज्वर के इलाज करने के केंद्र ( स्थान ) में ले जाना चाहिये ।

( ५ ) अगर किसी कमरे में पहिले कोई ज्वर रोगवाला रहता रहा हो, तो उसके चले जाने बाद उस कमरे को किनाइल आदिसे अच्छी तरह से स्वच्छ कर देना चाहिये । इतना करने के बाद हो उसमें कोई स्वस्थ मनुष्य का रहना उचित है ।

- अंधेरे कमरों में जिनमें स्वच्छ वायु का प्रवेश कम होता है, यदि कोई ज्वर रोगी रहता रहा हो, तो उन कमरों में इस रोग के कीटाणु नहीं बने रहते हैं । यदि सूर्य की सीधी किरणें इनमें प्रवेश कर पावे, तो वे ज्वर रोग के कीटाणुओं को बंद पंटे में ही नष्ट कर सकती हैं । अन्य प्रकार से यदि इनमें सूर्य का प्रकाश पहुंचाया जाय, तो उनमें के कीटाणुओं को नष्ट करने के लिये एक हफ्ता तक लगता है । कमरे के अंधेरे कोनों में ये कीटाणु आठ से अधिक महीनों तक अवित पाये गये हैं ।

( ६ ) रोगी के बिस्तर के तथा पहिने के मैले कपड़े और ऐसी चीजें जैसे, तौलिया, रुनाल आदि जिनको कि रोगी काम में लाता रहा हो, पानी में डाल डालना चाहिये या धूप में डाल देना चाहिये और तब धोबी को धोने के लिये देना चाहिये ।

( ७ ) ज्वर रोगी जब बाहर जाये तो अपने साथ धुंक्ने के लिये एक वर्तन रखे जिसमें ठंडा किनाइल का पानी हो और जब जब कभी धुंके तो उसी में धुंके ।



## पारिच्छेद २७

“ सेरिब्रो स्पाइनल-मेनिन जायटिस ( गर्दन तोड़ खुलार ) ”

थोड़े दिनों से इस रोग का बहुत फैलाव हो गया है और करीब करीब हर जगह लोग इस से प्रसिक्त मुने जाते हैं। यह बहुत ही भयानक बीमारी होकर प्रायः प्राण घातक होती है। यह रोग एक छोटे से कीटाणु से पैदा होता है जो कि मस्तिष्क में नाक के छिद्रों द्वारा प्रविष्ट होता है। यह रोग भी डिफ्थेरिया ( घटसरप ) के समान छूत से फैलता है। छोटे छोटे बच्चे और युवकों पर इस का असर अधिक होता है, प्रौढ़ावस्था के मनुष्यों को भी यह बीमारी हो सकती है।

यह रोग एकान्तरु खुलार के साथ आरम्भ होता है। इस में मिर दर्द करता है और गर्दन और पीठ की पेशियां अकड़ जाती हैं, मरीज आंखें बंद करने लगता है और उस का शरीर कभी कभी कांस उठता है तथा ऐंठता है। उस के बाद यह क्रमशः बेहोश हो जाता है और प्रायः एक हफ्ते के अंदर मर जाता है।

इस रोग के कीटाणु किसी ले जाने वाले व्यक्ति द्वारा फैलते हैं, न कि खास रोगी द्वारा। जब कि यह रोग फैलना हुआ सुनाई पड़े, तो भीड़वाले मौकों को जैसे, सिनेमा, नाटक-गृह, बाजार आदि का परित्याग करना चाहिये और प्रत्येक व्यक्ति को स्वस्थ चातावरण में रहना चाहिये, जहाँ कि खूब प्रकाश व हवा मिल सके। ऐसे वक्त पुष्टिकारक भोजन करना और नुर्ती हवा ने कतन्त

करना लाभदायक होता है। रोग के कीटाणु फैलाने वालों को भी दूँदने का प्रयत्न करना चाहिये और ऐसे लोगों को अलग कर देना चाहिये जिन्हें इस बीमारी होने का शक हो। बीमार लोगों का तुरंत इलाज करना जरूरी है।

जिस स्थान में रोग फैला हो, वहाँ के रहवासियों को नथनों द्वारा लाल दवा मिश्रित पानी डालकर नाक को धोना फायदेमंद होता है। उसी तरह लाल पानी के झुले भी करना चाहिये। नमक घुले पानी से या एक प्याला पानी में एक चाय के छोटे चम्मच भर टिचरआयडिन डालकर भी इस क्रिया को कर सकते हैं। इस रोग को रोकने के दूसरे उपाय उसी प्रकार के हैं जैसे घटसरप के।



## परिच्छेद २८

“ मीज़िस्त याने मोदरी माता ”

ऐसे बहुत थोड़े मनुष्य हैं जिन्हें बचपन में यह रोग न हुआ हो। यह रोग सब जगह होता है और कभी कभी तो विस्तृत प्रमाण में फैल जाता है। इस रोग में ज्वर के साथ आँखें आती हैं और सर्दी खाँसी भी हो जाती है। बुखार आने के तीसरे और चौथे दिन शरीर पर विचित्र प्रकार के लाल और विविध रंग के दाने निकल आते हैं। यह रोग शीघ्र ही एक मनुष्य से दूसरे को लगता है और बहुधा बच्चों को तो तुरंत लग जाता है। संतोष की बात यह है कि यह रोग एक मर्तबे आ जाने पर फिर नहीं लगता। निरोगी मनुष्य को यह रोग रोगी के स्पर्शद्वारा, उसकी सांस द्वारा और उसके इष्टैमाल किये हुए कपड़े याने रुमाल, तैलिया इत्यादि द्वारा लग जाता है।

किसी मनुष्य के शरीर के अंदर कीटाणु घुसने के बाद थोड़े दिनों तक तो कोई ऊपरी लक्षण नहीं दिखाई देते, पर अंदर हो अंदर रोग के कीटाणु बढ़ते रहते हैं। यह समय जिसे रोग की गर्भावस्था कहते हैं औसत में १२ या १४ दिन तक का रहता है और इस वक्त रोगी को बहुधा या तो अपनी तबियत ठीक-मालूम होती है या कभी कभी उसे कुछ अनसुना भालूम पड़ता है। इस काल के बाद एकाएक ज्वर हो आता है और पहिले दिन की शाम को ही टेम्परेचर (तापमान) १०२ या १०३ डिग्री तक पहुँच

जाता है। आँखों में दर्द होकर लाली आजाती है और आँसू खूब भरते हैं। रोगी को सूर्य की रोशनी बरदाश्त नहीं होती, सिर और गले में दर्द होता है और आवाज़ भर्रा जाती है, खांसी और छीक आती है, नाक बहती है, और गला अंदर से सूजकर लाल हो जाता है।

दूसरे दिन ज्वर कुछ कम हो जाता है, पर जीभ सुरदरी और भेली होकर, भूक मारी जाती है। मेदा सख्त होकर रोगी का जी मचलाने लगता है। चौथे दिन ज्वर फिर बढ़ जाता है और ललाभी लिये हुये भूरे दाने पहिले चेहरे पर और गर्दन की वाजुओं पर निकल कर धीरे धीरे नीचे की तरफ फैल जाते हैं। हर एक दाना १२ घंटे तक बढ़ता है और फिर मुलायम होकर सिकुड़ने लगता है। और ४८ घंटे के बाद वह मिटने लगता है और ८ वें या ९ वें दिन तक विलुप्त मिट जाता है। इसके बाद चमड़े पर भूरा रंग कुछ समय तक, बना रहता है।

यह रोग दाने निकलने के पेरतर ही। रोगी मनुष्य से निरोगी को लग सकता है; इस लिये यदि यह मालूम हो कि मुहल्ले में छोटी माता फैली हुई है तो किसी भी ऐसी व्यक्ति को जिसे ज्वर हो, जुकाम हो, आँख नाक से पानी बहता हो, गले में जलन हो, खांसी अथवा स्वरभंग हो तबतक अलग रखना चाहिये जबतक यह इत्मीनान न हो जाये कि उसे छोटी माता नहीं है। बहुधा बच्चों को बहुत तेजी से और अधिक संख्या में यह रोग होता है। इस रोग के कारण छोटे बच्चों की मृत्यु संख्या अधिक होकर पांच साल के नीचे के बच्चों की मृत्यु संख्या का प्रमाण प्रतिशत ७० होता है। खुद इस ज्वर से तो बहुत कम मृत्यु होती है, परंतु

उसके साथ पैदा हुई उलझनों के कारण और विशेषकर निमोनिया से मृत्यु हो जाती है। बच्चे की बीमारी के समय खूब सावधानी से उसका इलाज करना चाहिये और अच्छा हो जाने के बाद भी कुछ समय तक ऐसे उपचार करना चाहिये जिससे इस रोग के परिणामस्वरूप कोई दूसरे रोग विशेषकर क्षय रोग न हो जाय। छोटी माता के रोगी के पास किसी बच्चे को नहीं जाने देना चाहिये। ऐसे लोग भी रोगी के पास न जाने दिये जायं जिनकी सेवा की रोगी के आराम के लिये ज़रूरत न हो। जो लोग रोगी की सेवा सुधपा करें वे नहा धोकर और कपड़े बदलकर दूसरे लोगों से मिलें जुलें। किसी मनुष्य का रोग हल्का होनेपर भी अगर वह दूसरों को लग जाय, तो उनपर तेज़ी के साथ अंतर कर सकता है, इसलिये रोगी से लगे हुये किसी भी मनुष्य, ढोर या पदार्थ को निरोगी मनुष्य के पास नहीं आने देना चाहिये। इस ज़रूरत के रोगी को दूसरे मनुष्यों से जहांतक हो सके अलग ही रखना चाहिये। उसे किसी खूब हवादार कमरे में रखना चाहिये और सेवकों के अलावा दूसरों को उसके अंदर न जाने देना चाहिये। बेहतर तो यह होगा की रोगी के सेवक ऐसे हों जिन्हें यह रोग हो चुका हो। रोगी के कमरे में कोई सामान ऐसा न रखा जावे जो सूँघ मात्र या नष्ट न किया जा सके। रोगी के उतारे हुये कपड़े याने तौलिया बिस्तर वगैरह कम से कम एक घंटे तक तम की पत्तियों के साथ पानी में उधालकर साफ किये जावें और फिर खूब धोकर और सुखाकर दुबारा काम में लाये जायं। कुल प्याले, गिलास व दूसरे बर्तनों को बिल्कुल शुद्ध कर लेना चाहिये और अंत में कमरे को भी गंधक के धुएं से शुद्ध कर लेना चाहिये।

छोटे बच्चों को इससे बचाने की विशेष आवश्यकता है। यह रोग बहुधा स्कूलों से फैलता है। जब यह बीमारी फैली हो तो जो लड़के इस बीमारी से पहिले ग्रसित हो चुके हों उन्हें स्कूल जाने से बंद करने की जरूरत नहीं। लेकिन इस रोग से ग्रसित लड़कों को १४ रोज तक अलग रखना चाहिये और अच्छा होने पर भी उन्हें १४ दिन तक स्कूल में नहीं आने देना चाहिये। ये दिन दाने दिखाई देने के दिन से गिनना चाहिये।



## परिच्छेद २९

### “ चेचक ” ( बड़ी माता )

चेचक इस देश में बहुत पुराना प्रकोप है । इस रोग का विस्तार अब अधिक नहीं होता, क्योंकि बहुत से लोग टीकों से सुरक्षित रहते हैं, फिर भी हरसाल बहुत सी मृत्युयें इसीमें होती हैं । यह बीमारी अत्यंत कष्टदायक और घृणित होकर कुरूपता पैदा करने वाली होती है । इस कारण प्राचीन काल से ही लोग इसमें बहुत भय खाते आये हैं । इससे केवल बहुत मृत्युयें ही नहीं होती, बल्कि बहुत से लोग अंधे भी हो जाते हैं और विशेषकर स्त्रियों को तो यह रोग कुरूप बना देता है ।

चेचक शायद सब रोगों से अधिक छुतेली बीमारी है । बाहर से आये हुये एक ही रोगी से कभी कभी बहुत दूर तक यह संक्रामक बीमारी फैल जाती है । चेचक के रोगी के आसपास की हवा बड़ी छुतेली होती है और यैसे ही उसके कपड़े, बिस्तर वगैरह और कमरे का अन्य सामान भी छुतेला हो जाता है । यों तो बीमारी के शुरू से ही रोगी बूत की जड़ हो जाता है; परंतु दाने निकलने से उनके सूखने तक खास तौर से बड़ ऐसा रहना है । चेचक से मरे हुये मनुष्य की लार से भी यह बीमारी आसानी से फैल सकती है । जहां यह बीमारी होती है, वहां ज्यादा भीड़ और गन्दगी के साथ-साथ जल्द फैल जाती है ।

चेचक का सबसे अच्छा बचाव टीका है, परंतु बहुत से लोग ऐसे होते हैं जो अविश्वास, आलस्य या लापरवाही के कारण अपने बच्चों को टीका नहीं लगवाते ।

चूंकि समय धीतने पर टीके का असर कम हो जाता है, इसलिये हर छठवें साल टीका लगवाना जरूरी है। जो शरत हर छठवें साल टीका लगवाता है वह कभी भी चेचक से बीमार नहीं हो सकता। चेचक की कोई अच्छी औषधि नहीं है और टीका ही बचाव का एक मात्र उपाय है। सरकार लोगों को इस भयानक प्रकोप से बचाना चाहती है, इसलिये उसने मुफ्त में टीका लगाने का प्रबंध किया है। टीका न लगवाना सचमुच बड़ी भूल है। यह बीमारी साल में चाने, गर्मी जाड़ा या वसंत किसी भी मनय फैल सकती है, इसलिये लोगों को टीका लगवाकर सर्वदा इससे बचने के लिये तैयार रहना चाहिये। हर पिता को चाहिये कि उसके जिन बच्चों को टीका न लगा हो, उन्हें जाड़े ही में या किनी भी समय टीका लगवा देवे। इस रोग से बचने के कुछ उपाय नीचे बतलाये जाते हैं:—

( १ ) यदि किसी घर में चेचक की बीमारी हो जाय, तो अन्य कुटुम्बियों को कौरन टीका लगवा लेना चाहिये, चाहे उनमें से किसी ने पहिले भी टीका क्यों न लगवा लिया हो।

( २ ) जिस घर में यह बीमारी हो वो उस घर के रहने वालों को मर्राज के बदन पर से पपड़ी गिर जाने के बाद १५ दिन तक दूसरे लोगों से नहीं मिलना-जुलना चाहिये।

( ३ ) मर्राज के कपड़े धोने के पहिले उन्हें खोलते हुये पानी में रखना चाहिये। याद रहे कि जब तक ऐसा न कर लिया जावे तब तक कपड़े धोयी को न दिये जाय।

( ४ ) नाई को भी घर में नहीं आने देना चाहिये; क्योंकि वह पड़ोस में दूत फैला सकता है।

( ५ ) मकान को जहाँ तक बने हवादार रखना चाहिये ।

[ ६ ] केवल एक सेवा—मुशुग्ना करने वाले को छोड़कर मरीज को अन्य सब चंगे लोगों से दूर रखना चाहिये और वह सेवा करने वाला भी ऐसा हो जिसको पहिले यह बीमारी हो चुकी हो या जिस टीका लगा हो ।

यदि सम्भव हो तो चेचक के सब रोगियों को तुरत किसी डाक्टर के सुपुर्द कर देना चाहिये और उनका इलाज बड़ी सावधानतापूर्वक कराना चाहिये आधे से लेकर दो ग्रेन की कुनेन की पुराने दिनमें दो या तीन बार देना फायदे मन्द होता है इस से हृदय मजबूत होता है । इस रोग में सब से ज्यादा खतरा दिल की धड़कन बंद हो जानेका है । दानों के दाग और गड्ढे रोकने के लिये इस्किण्टन का तेल भीठे तेल में मिलाकर दिन में कईबार तमाम पदन पर लगाना हितकर है । आँखों का बचाव सावधानी से करना चाहिये और बार बार उन को लाल पानी या बेरिक लोशन से धोना चाहिये । जहाँ तक बने रोगी को अंधेरी परंतु हवादार जगह में रखना चाहिये । और दरवाजे व खिड़कियों में लाल पट्टे डाल देना चाहिये । खाने के लिये दूध या दूध के किसी पदार्थ का उपयोग करना चाहिये । नमक बिलकुल मना है । चमड़े और आँखों को कुनकुने पानी से स्पंज द्वारा पोंछ देना चाहिये और मुँह और गले को धो देना चाहिये । मरीज की सावधानी से निगरानी करना चाहिये । खासपर जब वह बेहोश हो ।

## परिच्छेद ३०

“ डिप्थेरिया (घटसरप) ”

---

यह कंठ की एक बीमारी है जिस में ग्वर और गले में घाव और निगलने, बोलने तथा सांस लेने में कष्ट होता है। इस बीमारी से अक्सर दिल की धड़कन बंद होने की आशंका रहती है। या गले की पेशियों में लकवा लगने का डर रहता है या गुर्दे की बीमारी पैदा हो जाती है।

दो और पाँच वर्ष की अवस्था के बीच के बालकों की इस बीमारी से बड़ा डर रहता है, यद्यपि किसी भी अवस्था में इस बीमारी के हो जाने की सम्भावना है।

इस बीमारी से गला लाल हो जाता है और उस में सूजन आ जाती है। गले के अंदर देखने से गले की गिल्ली बहुत घुंधा बढ़ी हुई तथा मोटी सी दिखलाई पड़ती है और गले की दीवाल पर पीली चर्बी की मिर्झी जमी हुई मालूम होती है। यह छोटे छोटे धब्बों में या एक बड़ी मिर्झी की शकल में दिखाई देती है। गले में रुई का फोहा लगाने पर भी यह मिर्झी जल्दी नहीं निकलती और यदि वह किसी तरह निकाल भी ली जाय, तो इसके नीचे के कच्चे चमड़े में से लोह निकलने लगता है। छोटे बच्चों को जिनके गले का छेद साधारणतया छोटा होता है, सांस लेने और निगलने में जल्द कष्ट होने लगता है। माँ का दूध या चोतल का दूध पिलाने पर धीरे के मुँह से बाहर गिर

पड़ता है, सांस कठिनाई में आती जाती है, गला बैठ जाता है और धलगम गाढ़ा और सख्त होने से बाहर नहीं निकलता । बहुत से लड़कों का गला इस बीमारी के कारण रुंध जाता है और सांस फूलने के कारण वे मर जाते हैं । कभी कभी तो गले में एक सूराज कर एक नली डालना पड़ती है ताकि वक्ता सांस ले सके । अगर इस रोग का इलाज आरम्भ ही में दो या तीन दिन के अंदर ठीक तौर से न किया जाय, तो प्रायः रोगी की मृत्यु हो जाती है ।

अगर बीमारी के शुरू ही में स्पेसिफिक सिरम की सुई लगाई जाय तो अवश्य फायदा होता है । यदि किसी लड़के को गुन्ना आता हो या उसका गला दर्द करता हो तो उसे तुरंत ही डाक्टर को दिखाना चाहिये ।

यह रोग बहुत ही संक्रामक याने छूत से फैलनेवाला होता है । इसके कीटाणु गले व नाक के छिद्रों और मुँह में रहते हैं और रोगी के धूँक में भी पाये जाते हैं । घबरे के घातचित्त करते समय, सांसते छींकते या चिछाते समय जो धूँक के छींटे उड़ते हैं, उनमें कीटाणु अवश्य रहते हैं । उन्हीं को यदि कोई चंगा शख्स सांस द्वारा छींच ले तो उसे भी यही बीमारी हो जाती है । कभी कभी चंगे मनुष्यों के गले में ये कीटाणु ऐसे लोगों द्वारा पहुँचाये जाते हैं जो कि पहिले कभी डिप्थेरिया में बीमार हो चुके हों । अक्सर इन लोगों के गले के टानसिल्ल [ घोंटी ] बड़े रहते हैं । रोग के कीटाणु को फैलाने वाले ऐसे शख्स बड़े खतरनाक होते हैं, क्योंकि वे स्वतंत्रता से दूसरे लोगों में मिलते जुलते रहते हैं और उन्हें रोग के फैलाने का कोई शक भी नहीं कर सकता । इस

लिये दूसरों के तैलिये, रुमाल, पानी पीने के प्याले, हुके आदि को काम में लाना बहुत ही खतरनाक है।

बच्चों को अक्सर अपनी कलमें और पेंसिलें मुँह में डालकर चूसने की बड़ी खराब आदत होती है। अगर रोग वाले किसी लड़के की पेंसिल या कलम दूसरे लड़के काम में लायें और उसी प्रकार उसे चूसें तो इस रोग के कीटाणु उनके गले में पहुँच जायेंगे। स्कूल मास्टरों और लड़कों के मा-बाप को चाहिये कि अपने लड़कों को ऐसी आदतें बनाने से रोकें और उन्हें स्लेट को थूक से साफ करने से भी मना करें। लड़के शायं डँगली में धूक लगाकर किताब के पन्ने उलटते हैं इससे किताबों में भी कीटाणु का प्रवेश हो सकता है। यह लड़कों में बहुत गन्दी आदत है जो आसानी से पड़ जाती है।

स्कूलों से जहाँ कि बहुत से लड़के एकत्रित होते हैं और पास पास बैठते हैं, यह बीमारी बहुत आसानी से फैलती है। लड़कों के स्वास्थ्य परीक्षा के समय ऐसे विद्यार्थियों का पता लगाना चाहिये जो इस रोग के या दौगर रोग जैसे मोतीभ्रू, गर्दन तोड़, खुश्खार, बरीरह के कीटाणु वाहक हों, और उनको अलग कर उनका इलाज करना चाहिये। ऐसे लड़के को जिसे कि यह बीमारी हुई हो या जिसने किसी रोगी का साथ किया हो किसी स्कूल में तबतक नहीं आने देना चाहिये, जबतक कि वह डाक्टर द्वारा इस रोग के कीटाणुओं से मुक्त न घोषित किया जाय।

डिप्थेरिया के रोगी का सामान जैसे कि किताबें, ग्लिलीने, पेंसिल, कलम, कपड़े इत्यादि पूर्ण रूप से या तो धुद्ध किये जायें या नष्ट कर दिये जायें। ऐसा करना बहुत खर्ची है।

फैलनेवाली इन बीमारी को रोकने के लिये यह आवश्यक है कि स्कूलों में लड़कों की संख्या परिमित रखी जाय जिसमें कि वे सटकर न बैठें । स्कूल के कमरों में भी छूव प्रकाश तथा शुद्ध हवा का प्रवेश होना चाहिये और उन्हें रोज़ भाड़कर साफ़ करना चाहिये ।



## परिच्छेद ३१

“ इन्फ्लुएंजा या ने सर्दीवाला-बुखार ”

जिस मनुष्य को यह बीमारी होती है उसकी सांस में, कफ में, तथा नाक के श्राव में इसके कीटाणु पाये जाते हैं। हवा में उड़ते हुये इन पदार्थों के ज़रों को सांस में खींचने से दूसरे मनुष्य को भी यह बीमारी लग जाती है। इससे साफ़ चाहिए होता है कि इस ज्वर के रोगी को चंगे मनुष्यों से अलग रखना चाहिये। रोगी की सेवा करनेवालों को यह आवश्यक है कि वे दूषित हवा की सांस न लेवे, पर यह तभी हो सकता है जब कि रोगी को हवादार कमरे में या बरामदे में रखा जावे। हवा में रखने से मरीज और सेवकगण दोनों का भला होगा। मरीज छुट जल्द अच्छा होगा और सेवक तथा अन्य घर के लोग भी बीमारी से बचेगे। ताज़ी हवा भरी बुखार के मरीजों के लिये ही नहीं बल्कि फेफड़ों के दूमरे रोगों से पीड़ित लोगों के लिये भी बहुत, हितकर होती है। यदि हल्के मनुष्य सदा खुली हवा में रहे तो शायद ही कभी किसी को फेफड़े की बीमारी हो। यदि हरवक्त खुली हवा में रहना मुमकिन न हो, तो भी दरवाजों और खिड़कियों को खुले रख सकते हैं। यदि किसी को इन्फ्लुएंजा या और कोई बुखार ग्रांसी वाला रोग हो जावे, तो उसे एकदम बिलर पर आराम करना जरूरी है। उसका पलंग बरामदे में या हवादार कमरे में होना चाहिये। ध्यान रहे कि कमरे के दरवाजे और खिड़कियां खुली रखी जाय। निम्न लिखित नियमों का पालन करने से सम्भवतः इस रोग से बिल्कुल बच सकते हैं:—

[ १ ] मकानों के अंदर दरवाजे तथा खिड़कियां बंद करके मत मोथो। सूखे दिनों में गुली जगह में सोना अच्छा होता है और बरसात में बरामदे में जिससे कि स्वच्छ से स्वच्छ हवा मिल सके।

[ २ ] गीले कपड़े पहिनेहुए मत फिरो, क्योंकि हममें शरीर में सर्दी भिद जाती है और शक्ति कम हो जाती है। इसलिये जहाँ-तक बने सूखे और गरम बने रहो।

[ ३ ] तुम्हारे गांव या शहर में यह बीमारी फैली हुई हो तो पाम के अस्पताल में जाकर कुर्नेन लेओ जिससे तुम्हें मलेरिया, ( जूड़ी घुस्सार ) न होने पावे, क्योंकि आमपास इन्फ्ल्युएंजा का जहर मौजूद होने पर मलेरिया के मरीज को इन्फ्ल्युएंजा भी जरूर हो जाता है।

[ ४ ] परमेगेनेट सोल्यूरान ( लाल दवा ) ले आओ तथा उससे दिन में कई बार कुत्ता करो और नाक में भी मुड़को। ऐसा करने से गले और नाक के अंदर के कीटाणु मर जाते हैं और बीमारी से बचने की अधिक सम्भावना रहती है।

[ ५ ] यदि लाल दवाई न मिल सके तो एक गिलास पानी में चाय के एक चम्मचभर नमक डालकर उसी प्रकार दिन में कई बार कुत्ता करो और नाक से भी मुड़को, क्योंकि यह भी रोग को रोकनेवाला है।

[ ६ ] यदि तुम्हारे ही घर में किसी को यह रोग हो जावे, तो उनके नाक और गले को क्लोरन घोलने से अक्सर रोग बढ़ने से रुक जाता है। मरीज को कोई हवादार कमरे में रखो और उसे

गरम रखकर फ्रैरन नज़दीक के डाक्टर को बुलाकर इलाज कराव्यो ।

इन्फ़्ल्युएंज़ा के मरीजों को बुखार उतर जाने के बाद कम से कम दो तीन दिन तक बिस्तर नहीं छोड़ना चाहिये और कई दिनों तक कठिन परिश्रम भी नहीं करना चाहिये, क्योंकि ऐसा करने से हृदय की क्रिया घट होने का डर रहता है । जबतक भूख न खुले दो या तीन घंटे के अंतर में थोड़ा थोड़ा दूध दिया जावे । बाद में थोड़ा भोजन लिया जा सकता है ।



## परिच्छेद ३२

### “ हैजा ”

हैजा सबसे ज्यादा लगनेवाला रोग है और हरसाल देश के किसी न किसी भाग में फैला ही रहता है। यदि उचित खबरदारी जल्द न ली जाय, तो बाहर से आने वाला हैजे का एक भी रोगी इस बीमारी को फैलाने के लिये काफी होता है।

यह रोग खासकर मैला पानी पीने से या खराब भोजन करने से होता है। इसमें इसके कीटाणु आदमी की अंतर्द्वियों में घुस जाते हैं और बीमारी पैदा कर देते हैं। हैजे के कीटाणुओं से दूषित वस्तु खाने या पीने के १२ से १८ घंटों के अंदर पेट में दर्द उठता है, फिर दस्त होने लगते हैं जिनकी तेजी यहाँतक बढ़ जाती है कि चाँयल के धोवन के समान पतले दस्त प्रायः लगातार होने लगते हैं। कभी कभी इस रोग के शुरू में ये लक्षण होते हैं:— जूड़ी लगना, प्यास लगना, छाँभ पर मैल जमजमाना, पेट में हल्का दर्द होना, और दिन के समय तीन या चार पानी समान पतले दस्त होना, जोर की उल्टी भी होती है। शुरू में खायाहुवा भोजन ही उल्टी में गिरता है। परंतु बाद में क्रे का रूप भी बहुत कुछ दस्तों जैसा हो जाता है। प्यास बहुत तेज़ हो जाती है, और हात पैर पीठ और दूसरे अंगों में बहुत दर्द पैदा होता है। ज्यों ज्यों रोग बढ़ता जाता है, त्यों त्यों पेशाब कम उतरती है। आँखें सिकुड़ जाती हैं, आँठ नीले पड़ जाते हैं और शरीर ठण्डा हो जाता है। मरीज बहुत ही जल्द कमजोर होकर, अंत में बेदम हो जाता है।

हैजा फैलने के समय ज्योंही किसी को दस्त लगना शुरू हो, त्योंही उसका इलाज हैजे के इलाज के समान शुरू कर देना चाहिये। रोगी को बिस्तर पर लिटा देना चाहिये और उसके पास ऐसे बर्तन रख देना चाहिये जिनमें पड़े पड़े वह पाखाना, पेशाब आदि फिर सके और उसे बिस्तर से न उठना पड़े। उसे उबाला हुआ ठंडा पानी जिसमें निच्यू का रस मिला हुआ हो अधिक मात्रा में पिलाना चाहिये। चायल के मांड और बंदों की सफेदी के अलावा दूसरा भोजन नहीं देना चाहिये। यदि उल्टी हो, तो थोड़े समय के लिये भोजन रोक देना चाहिये और पानी मनमाना देना चाहिये। पेट और कमर को सेंकने से कायदा होता है। डाक्टर को फौरन बुलाना चाहिये। वह बहुत करके नमक के पानी की सुई लगावेगा। डाक्टर के आने तक मरीज का शरीर गरम पानी की बोतलों से सेंककर और कपड़ों में लपेटकर गरम रखना चाहिये। यदि प्रबंध हो सके तो हर तीसरे घंटे मरीज को आधी बोतल में दो चम्मच नमक घुले हुये गरम पानी का एनिमा देना चाहिये। मरीज को पीने के लिये दिये जानेवाले पानी में थोड़ा (एक गिलास में एक दो रत्ती) पोटेशियम परमेगनेट (लाल दवाई), घोल देना चाहिये। जब तक मरीज को पेशाब न उतरने लगे, तब तक उसे खतरे से बाहर न समझना चाहिये। मरीज को किसी तरह की नशीली चीज मत दो।

हैजे को दूर रखने के लिये निम्नलिखित आदेशों का पालन करना चाहिये:—

(१) ज्योंही किसी स्थान में हैजे का केस हो, त्योंही फौरन वहां के मेजिस्ट्रेट, सिविल सर्जन या हेल्थ आफिसर के पास या

पोलिम थाने में रिपोर्ट करना चाहिये, ताकि वे लोग फौरन बीमारी रोकने की कार्रवाई कर सकें।

( २ ) मक्कार या म्युनिभिपैलिटी या दूसरे स्थानीय अधिकारियों द्वारा कार्रवाई होने का इंतज़ार न करते हुए गाँव के मक्कुओं में लाल दवाई छोट देना चाहिये। यह लाल दवाई तहसीलों, थानों और अस्पतालों में मिलती है।

( ३ ) हँजे के मरीज को के और मत को फौरन गरम राख या घूने में थोप देना चाहिये या उसपर तेल फिनाइल डालकर या नो उसे जला देना या गाड़ देना चाहिये, जिसमें उसपर मास्मियाँ बैठकर बीमारी न बढ़ाने पायें। अगर मत भूत जमीन पर गिरे, तो फौरन जमीन पर फिनाइल या गरम राख डाल देना चाहिये। भोड़ामी सूखी घाम या पैर उस जमीनपर घिटाकर जला देना चाहिये और फिर जमीन को गुराच फरफे वहाँ में हटा देना चाहिये।

( ४ ) जब तक पानी उबाला हुआ न हो, उसे पीने के या बुझा करने के लिये मत काम में लाओ। इसी तरह अगर उबाले हुए दूध का भी इस्तेमाल मत करो।

( ५ ) पकाये हुये और गरम गरम पदार्थों के अलावा दूसरा भोजन मत खाओ।

( ६ ) फरुड़ी, सरवूजा इत्यादि कषे या अधिक पके हुये फल और तरकारियों को मत खाओ। जिन फलों को खाना हो उनको पहिले लाल पानी से धो डालो और उसमें आधे घंटे तक भिगोये रखो।

(७) कामे या ऐमे भोजन को जिसपर मक्खियां पहुँच सकी हों, मत खाओ।

(८) नमकीन चूरन या जुलाब न लेना चाहिये और यदि किसी को दस्त लगते हों, तो क्रौरन इलाज करना चाहिये।

(९) खट्टा पानी जैसे पतला गंधक का तेजाब पन्द्रह पन्द्रह बूंददिन में दो बार या ताजे निम्बू के रस को पीना चाहिये। मिरके का इस्तेमाल भी खूब करना चाहिये।

(१०) हँजा फैलने के समय हाडमें की दुस्त रसना चाहिये और मिरके हल्का खाना खाना चाहिये।

(११) बाजार की मिठाई बंगरा मत गरीदो और मदकों पर छपेई हुई किसी भी चीज को जब तक पहिले डवाल न लो मत खाओ।

(१२) हँजे के मरीज की इस्तेमाल की हुई कोई चीज जैसे तौलिया, कपड़े, बर्तन बर्तन जयतक ये डवाले न जावें या एक या दो घंटे किनाइल के घोल में न रग्ये जावें, मत छुओ।

(१३) यदि तुम्हें ऐसी कोई चीज छूना ही पड़े, तो अपने हाथों को साबुन और पानी से खूब धो डालो और फिर लाल पानी या किनाइल के घोल से भी धोओ।

(१४) अपने घर और आंगन को खूब मारु रग्यो और घर के हर शब्द को हँजे का टीका लगवाओ।

( १५ ) हैजे के मरीज को मकान के अलग कमरे में रक्खो और इसमें तो बेहतर यह होगा कि उसको अस्पताल में भेज दिया जाय । मरीज के मेचकों को लाल दवा पड़ा हुआ पानी देना चाहिये, क्योंकि उन्हें छूत से यह बीमारी होने का बड़ा डर रहना है । उन्हें आधी छटाक पानी में तीन बूंद अर्कों का तेल मिलाकर भी देना चाहिये । इन अर्क के तेल का गुम्मा यह है:—

स्फिरिट ईंधर	—	३० बूंद
लौंग का तेल	—	५ ”
केजापुट का तेल	—	५ ”
जुनीपर का तेल	—	५ ”

थर्मिड मलस्यूटिक गरोमेट-१५ बूंद

मरीज के वाग्वे सुराक आधा आँम पानी में १ ड्राम हर आधे घंटे में देना और बचाव के वाग्वे पानी में १ ड्राम दिनमें एक या दो दफे लेना चाहिये ।

चूंकि हैजा बस्तुतः पानी द्वारा होनेवाला मर्य है, इसलिये पानी को दूषित होनेसे बचना बहुत ही जरूरी है । कुएं का पानी सबसे ज्यादा महकूब होता है और तालाब और नदी के पानी की अपेक्षा उमें ही पसंद करना चाहिये । शुद्ध पानी के लिये नीचे लिखी हुई रानें पूरी होना चाहिये:—

( १ ) कुएं को बन्नी के मकान, नाला या तालाब मे दूर अच्छी मिट्टी की जगह में खोदना चाहिये ।

( २ ) ऊपर का पानी उसमें न जा सके इसलिये कम मे कम २० फुट की गहराई तक उसमें चूने या निमेट का एक इंच मोटा पलमर लगाना चाहिये ।

( ३ ) कुएं के मुंहपर जगत कम से कम तीन फुट, ऊंची होना चाहिये और ऐसी ढाल बनाना चाहिये कि पानी आसानी से दूर बह जावे ।

( ४ ) कुएं के मुंह के आसपास कम से कम ६ फुट चौड़ा पक्का चबूतरा बनाना चाहिये ।

( ५ ) कुएं में पानी खींचने के बाले गिरियां लगानी चाहियें ।

( ६ ) हर साल गर्मी के मौसम के अंत में उसकी सफाई और मरम्मत करनी चाहिये ।

( ७ ) जिस घर में हैजे से कोई बीमार हो उस घर का कोई घर्तन कुएं से पानी निकालने के लिये काम में नहीं लाने देना चाहिये । सबसे सुरक्षित उपाय तो यह है कि किसी को अपने घर्तन से पानी न निकालने दे और पानी निकालने के लिये अलग एक घर्तन विशेष रूप से रखा जावे । जब किसी गांव या शहर में हैजा की बीमारी शुरू हो जाय, तो फौरन कुल कुओं में लाल दवा डाल देना चाहिये, और हर दूसरे या तीसरे दिन फिर यह दवा डालकर सफाई कीजानी चाहिये जबतक कि हैजे की बीमारी मिट न जाय । कुएं में लाल दवाई सिर्फ इतनी ही डाली जावे जिससे कि कुएं का पानी हल्का लाल रंग का हो जाय । बहुत ज्यादा लाल दवा डालने से पानी का स्वाद बिगड़ जाता है ।

यदि हैजे का केस होने की खबर सिविल सर्जन को भेजी जावेगी, तो वे फौरन उस गांव को गरीब अस्पताल या टीका लगाने वाले डाक्टर को भेजेंगे जो मरीजों का इलाज करेगा और बीमारी के फैलाव को रोकने की कार्रवाई करेगा ।

जय जिले में हैजा शुरू होगया हो तो लोगों को भेला घगैर में न जाना चाहिये और घरतों में शरीर न होना चाहिये । यदि हैजे के स्थान में जाना जरूरी हो तो रवाना होने के पेशतर हैजे का टीका लगा लेना चाहिये और उबाले हुए पानी, दूध, गरम भोजन इत्यादि के विषय में ऊपर दिये हुए आदेशों का पालन करना चाहिये ।



## परिच्छेद ३३

### “ आंव रक्त ”

यद्यपि यह रोग हैजा के समान भयानक नहीं है तथापि आंव रक्त की बीमारी समस्त देश में है। इस में उसी प्रकार के ढीले दस्त होते हैं जैसे डायरिया या पेचिश में, लेकिन पाखाने की हाजत के समय पेट में मरोड़ और दर्द पैदा होता है। दस्त बार बार होता है, लेकिन मल बहुत कम परिमाण में गिरता है। मल में रूधिर और बलसाम रहता है। कभी कभी इस रोग के साथ साथ सख्त ज्वर भी आ जाता है। आम तौर पर इस बीमारी में जो दस्त होते हैं उन में अक्सर खून और आंव रहती है। यह एक ऐसे सूक्ष्म जीव के द्वारा पैदा होती है जो कि शरीर में भोजन और पानी के साथ प्रवेश हो जाता है। हैजे के समान आंव भी केवल उबाला हुआ पानी पीने से तथा साफ भोजन करने से रोकी जा सकती है। गांव के लोग इस मर्ज की तरफ ज्यादा ध्यान नहीं देते और इसको बहुत मामूली समझते हैं, लेकिन असावधानता के कारण यह रोग इतना बढ़ जाता है कि जिससे पसुलियों के नीचे, दाहिने तरफ, सामने और कभी कभी दाहिने कंधे के नीचे भी दर्द होता है।

इस रोग की दवा करना कठिन नहीं है। रोगों को पूरा आराम देना चाहिये और एक या दो तोले भर एरंडी का तेल पिलाकर आंतों को साफ करना चाहिये। मिल सके तो कोई वैद्य या डाक्टर को घुलाना अच्छा है। एमेटाइन की सुई लगाने से यह रोग बहुत जल्दी अच्छा होता है। भोजन पनीले पदार्थों का छोड़कर जहां तक हो सके कमही लेना चाहिये। शाकभाजी बिलकुल नहीं देना चाहिये।



## परिच्छेद ३४

### “ महामारी (प्लेग ) ”

---

सर्वप्रथम जानने योग्य बात यह है कि लेग असल में चूहों की बीमारी है । काले घरेलू चूहों की जाति इस बीमारी के लिये जिम्मेदार है । मनुष्यों में इस बीमारी के फैलने के पहिले वह चूहों में फैलती है । चूहे का पिसू इसके जहर को एक चूहे से दूसरे चूहे में और चूहे से मनुष्यों में पहुंचाता है । यदि चूहों की संख्या थोड़ी हो, तो यह बीमारी अक्सर फैलती ही नहीं और यदि फैली भी तो थोड़े समय तक रहती है । इस तजुर्वे से चूहों को नष्ट करने का महत्व सिद्ध हो गया है । चूहों के मारने का प्रयोग नागपुर और दूसरे शहरों में किया जा चुका है जिसका नतीजा यह निकला है कि जबतक चूहों के विनाश का संगठन बड़े पैमाने पर न किया जावे और साल ब साल जारी न रखा जावे, तबतक उसका कोई फल नहीं होता । महामारी को निर्मूल करने के लिये मकान और सफाई में तरकी करने की बड़ी जरूरत है क्योंकि महामारी के कीटाणुओं को मारनेवाली शक्तियों में सूर्यप्रकाश, ताजी हवा, मकानों की हवादारी और सूर्यापन प्रधान है । अनुभव में पाया गया है कि जिन मकानों और मोहल्लों में महामारी सबसे अधिक काल तक टिकती है वे अंधेरे कुंद और सींड़वाले होते हैं । इन हालतों की वजह चूहे और दीगर कीड़े ऐसे मकानों में आते हैं और लेग के कीटाणुओं को बहुत समय तक जिंदा रखते हैं । इसके विपरीत यह पाया गया है कि ऐसे मुहल्लों में भी जहां लेग

जोर पर रहता है, वे मकान जो सूखे, पके वने हुये, हवादार और रोशनीदार होते हैं इस रोग में बहुत कुछ बच जाते हैं। इसलिये प्रत्येक, आदमी को चाहिये कि वे अपने घरों में चूहे न रहने दें। उनको पकड़ने व मारने के लिये पिंजड़ों तथा जहर की गोलियों को काम में लाना चाहिये और इधर उधर अनाज, तरकारी, या दूसरी राने की चीजें नहीं फेंकना चाहिये जिससे कि घरों में चूहे आएं। घर को खूब झाड़ धुआकर साफ रखना चाहिये और सब कूड़ा कचरा घर से निकालकर कचरेघर में डाल देना चाहिये। चूहों के सब बिल बंद कर देना चाहिये और सम्भव हो तो नीम की पत्ती का घुंथा देकर चूहों को उनके बिलों से निकाल देना चाहिये। घर के अंदर नीम की पत्तियां या गंधक जलाने से चूहे भाग जाते हैं और उनके ऊपर के पिसू मर जाते हैं।

वचाप के और दो मुख्य गस्ते ये हैं, घाने घन्ती खाली कर देना और टीका लगाना। पड़ोस में मोग के जाहीर होते या अपने मकान छोड़ देने और निरोग स्थान में चले जाने का महसूस लोग समझने लगे हैं। टीका लगाने के कायदे भी लोग समझने लगे हैं; किंतु बहुतों ने अपना लोग अब भी टीका लगवाने के खिलाफ रहते हैं। जैसे जैसे इन लोगों को टीके के कायदे मालूम होते जायेंगे वैसे वैसे उनके सबत दरवाजा भी अवरुध हो जावे रहेंगे। अनुभव से मालूम हुआ है कि टीका लगाये हुये लोगों को ऊंचे दर्जे की रक्षा प्राप्त हो जाती है और ऐसे लोगों में मृत्यु की औमत भी बिना टीका लगाये हुये लोगों की अपेक्षा करीब छट्ठवां हिस्सा ही होती है।

टीका लगवाने से एक यह भी सापदा होता है कि आदमी को हिम्मत आ जाती है और पहलूका नहीं मचाने पाता। यह

पाया गया है कि यदि गांव के अधिकांश लोग टीका लगाये हुये हों तो बीमारी बहुत तेजी के साथ नहीं होती और आसानी से काबू में लाई जा सकती है। इस प्रसंग में एक मुख्य बात याद रखने योग्य यह है कि टीका लगाने के बाद ही चंद रोज तक उस से प्रदान की हुई रक्षा की मात्रा अधिक नहीं होती इस लिये यह बहुत जरूरी है कि जब अपने स्थान में सेग प्रगट हो तो टीका लगवाने में तनिक भी देर नहीं करना चाहिये।



## परिच्छेद ३६

### “ रिलेप्सिंग-बुखार ”

( रुक् फे फिर से आनेवाला ज्वर )

इस बुखार का आक्रमण बहुधा अचानक होता है। शुरू होने के लक्षण इस प्रकार हैं:—बुखार का पहिला धावा ५ से ७ दिन तक एक घरावर रहता है और इसमें बुखार के सभी लक्षण वर्तमान रहते हैं। फिर यह एकाएक उतर जाता है और शरीर की गर्मी इतनी कम हो जाती है कि कभी कभी रोगी का कम बखर जाता है या तो फिर ५-६ दिन तक बुखार बंद हो जाता है। उसके बाद फिर चढ़ आता है। और ४-५ दिन तक जारी रहता है। आरंभ के पाँचे में इस का प्रकोप अधिक रहता है। इस देश में यह बीमारी जून और खदमल के महीने फैलती है।

सौभाग्य से इस रोग का अकसीर इलाज है। “ साल्वर्सेन ” ‘ नीओसाल्वर्सेन ’ ‘ गैलील खार्सियन ’ इत्यादि मखियासे बनी हुई चंड दवाइयों की एक या दो खुराक से अकसर तेहत हो जाती है। इन दवाइयों में से किसी के छे ग्राम के इंजेक्शन में पूरा आराम हो जाता है। बुखार घटाने के लिये दुखार की हालत में क्विंवर भिक्खर दिया जाता है। जब दुखार बहुत तेज होता है, तब सिर को बरफ इत्यादि में ठंडक पहुंचाई जाती है। बाद की नाजुक दशा में हृदय की गति ठीक रखने के लिये उत्तेजक औषधि दी जाती है जिससे कि जीवन-शक्ति कम न होने पावे। नाजुक दशा के बाद रोगी को जीवन रखने के लिये शरीर में गर्मी पहुंचाना

जरूरी होता है। रोगी को दूध इत्यादि देना जरूरी है जिससे कि उसकी ताकत बनी रहे यह खयाल रखत है कि रोगी को लंघन से लाभ होता है। यदि भोजन रोक दिया जावे तो वह कमजोर होता जाता है और अंत में थकावट व शिथिलता से मृत्यु हो जाती है। नाजुक दशा के बाद रोगी को स्वाभावतः बहुत भूख लगती है, लेकिन उसको अधिक भोजन नहीं करने देना चाहिये तथा गरिष्ठ पदार्थ भी खाने को नहीं देना चाहिये। इलाज से रोक बेहतर होने के कारण यह आवश्यक है कि जब शहर में या गांव में या अतराफ में यह रोग नजर आवे तो उसे रोकने की फौरन कार्रवाई की जावे।

पहिले कहा जा चुका है कि जूं और खटमल से यह बीमारी होती है इसलिये इनकी पैदायश और वृद्धि रोकने की युक्तियां करना चाहिये। कुल पोशाक को, और खास तौर से सबसे अंदरवाली पोशाक को, तथा बिस्तर को रोज कुछ घंटे धूप में सुखाना चाहिये या पानी में उयालना चाहिये इससे जूं अपने द्विपमे के स्थान से बाहर निकल आवेगी और मर जायेंगी। साफ धुले हुये कपड़े पहिनना चाहिये और अंदरूनी कपड़े जल्दी जल्दी बदलना और धोना चाहिये।

प्रतिदिन कारबोलिक साबुन लगाकर स्नान करना आवश्यक है; क्योंकि ऐसा करने से शरीर साफ रहता है और जूं बढ़ने नहीं पाते। रोगी के कपड़ों को खोला देना चाहिये। बंगे मनुष्यों को रोगी के बिस्तर पर न बैठना और न सोना चाहिये।

सिरके वालों में से जूओं को निकालने के लिये सिरको उस्तरे से साफ करवाना या मिट्टी का तेल उसमें लगाता फायदेमन्द होता है।

## परिच्छेद ३७

“ टिटनेस याने लॉकजा या धनुर्वीर ”

यह बतलाया जा चुका है कि इस रोग के कौटाणु मनुष्य के शरीर में घाव या छोट के ज़रिये अंदर घुस जाते हैं। मसलन बच्चे का नाल ( नाल ) जब किसी गन्दे चाकू से काटा जाता है या जब कोई गन्दा धागा उसमें बांधा जाता है तो घाव उद्घीला हो जाता है और बच्चे को जान खतरे में पड़ जाता है। बहुतसे बच्चों की अकाल मृत्यु इस प्रकार हो जाती है। नौजवान आदमियों को भी टिटनेस की बीमारी हो सकती है, यदि उनके शरीर पर के किसी घाव या छोट में गन्दी धूल प्रवेश कर जावे। इसलिये घावों को सावधानी से साफ़ करना तथा कपड़े से उनपर मरहम पट्टी करना जरूरी है। अगर किसी घाव पर गन्दी धूल या मिट्टी पड़ गई हो, तो उसपर टिंचर आधुनिक लगा देना चाहिये और अगर यह दवा न मिल सके तो घाव को मोथिलेटेड स्प्रिट से या देहार्ता शराब से धो डालना चाहिये और यदि येमां न मिलें तो साफ़ पानी की पत्ती को पानी में खोलाकर उसी पानी से घाव को खूब साफ़ धो डालना चाहिये। यदि किसी बच्चे के शरीर पर कहीं खरोंच लग जाय या चमड़े पर कोई घाव हो जाय तो ठम माग को साफ़ पानी में धोकर मुगा लेने के बाद टिंचर आधुनिक लगा देना चाहिये या थोड़ा सा बोरिक पाउडर उसपर मुरक देना चाहिये। इसमें घाव पकेगा नहीं। यदि चमड़े पर फेदा हो जाय तो उसे गन्दे चाकू या सुई से नहीं खोलना व मुरेदना चाहिये जैसा कि लोग अक्सर

किया करते हैं। चाकू या मुई को पहिले पानी में उबाल डालना चाहिये या आग पर रखकर गरम कर लेना चाहिये। फोड़े को खोलने के बाद मवाद को निचोड़ डालो और फिर टिचर आयाडिन लगाओ और साफ सूती कपड़े का एक छोटा टुकड़ा फोड़े के ऊपर रखकर उसको साफ कपड़े से बांध दो जिसमे कि गर्द उसके अंदर न जाने पावे। कोई भी घाव धोने के लिये लाल दवा का पानी बहुतही अच्छा होता है।

बड़े खुले कबे घाव के लिये यह इलाज ठीक होगा कि एक प्याला पानी में एक बड़े चम्मचभर नमक डाल दो। इस घोल में या एक प्याला पानी में एक चाय के चम्मचभर टिचर आयाडिन मिलाकर उसके घोल में साफ कपड़े भिगोकर दो या तीन तह घाव के ऊपर जमा दो। इसमे बड़ा फायदा होगा।



## ‘परिच्छेद ३८’

### ‘आंखों का आना’

---

सब प्रकार की आंखों की बीमारी लगनेवाली होती है और तौलिये, रुमाल, सावुन आदि के द्वारा ये एक आदमी से दूसरे आदमी को हो जाती है। इसलिये अगर कुटुम्ब के किसी भी व्यक्ति की आंख आ जावे, तो कोई भी उसके तौलिये, सावुन इत्यादि का उपयोग न करे।

मक्खियों से भी यह बीमारी एक दूसरे को हो जाती है। इसलिये मक्खियों को बच्चों की आंख से दूर रखना चाहिये। आंख आने की दवा बिलकुल ही सरल है। फिटफरी या सोडागा या घोरिक एसिड साफ़ डबलते हुये पानी में घोलें फिर ठण्डा होने पर प्रत्येक तीन या चार घंटे के बाद आंख में धूँद धूँद डालें। आर-गिराल सल्लूशन आजकल बहुत उपयोग में लाया जाता है और किसी भी दवा बेचने वाले के यहां मिल सकता है। अगर इन दवाइयों में से कोई भी न मिल सके तो नमक घुला हुआ पानी या लाल दवा को काम में लाओ। आंखों को साफ पानी से धोना भी बहुत फायदा करता है। यदि पलकों पर रोहे पड़ जायें तो डाक्टर को दिखाना बेहतर होगा जिससे कि रोग का इलाज ठीक तौर से हो सके।

## परिच्छेद ३९

“रोग लगने के दूसरे जरिये”

---

पहिले कहा जा चुका है कि रोग के कीटाणु मनुष्य के शरीर में कई तरीकों से जैसे हवा, भोजन, पानी, मेल, मक्खियाँ और कीड़ों के काटने के जरिये घुस जाते हैं। कीड़ों के काटने के बारे में बतलाया जा चुका है कि चूहे के पिस्तू के काटने से लेग और एनोकील मच्छड़ के काटने से मलेरिया होता है। पारीवाला बुखार जुओं द्वारा एक मनुष्य से दूसरे को लगता है और पागल कुत्ते या लड़ैया य स्यार के काटने से हाइड्रोफोबिया होता है। सांप के काटने में और दूसरे कीड़ों के काटने में यह भेद है कि दूसरे कीड़ों के काटने से रोग के कीटाणु शरीर के अंदर घुसते हैं और सांप के काटने से खुद जहर घुसता है। रोगों का लगना दूसरे तरीकों से भी हो सकता है अर्थात् छूने से जैसे कि माता की बीमारी, गर्मी, सुजाक और कोढ़ वगैरह में होता है। इन बीमारियों में से कुछ का वर्णन आगे के सफों में किया जायगा।

---

## परिच्छेद ४०

“ हाइड्रोफोबिया ” याने पागल कुत्ते आदि के काटने से पैदा हुई बीमारी.

---

यह भयानक रोग पागल कुत्ते या पागल स्वार व लड़ेये के काटने से होता है ।

यदि किसी को कुत्ता काटे तो पहिले यह पता लगाना बहुत जरूरी है कि कुत्ता पागल है या नहीं । यदि वह यहाँ यहाँ भ्रमता रहा हो और जो आदमी रास्ते में मिले उसे काटे तो उसके पागल होने में कोई शक नहीं । अगर ऐसा दिग्गई दे कि वह कौनों में छिपता है अथवा लार टपकाता है अथवा मुरिकल से निगल सकता है या काटने की कोशिश करता है तो सम्भव है कि वह पागल हो । कुछ पागल कुत्तों के शरीर में मरोड़ या ऐंठन पैदा हो जाती है और कुछ को पिछले पावों से लकवा लगना शुरू हो जाता है बाद को उनके गले को लकवा मारता है जो कि उनके भूंकने की आवाज बदल जाने से जाहिर हो जाता है और उनको खाने में भी तकलीफ होने लगती है । यदि कोई कुत्ता किसी को काटे तो चाहे वह कुत्ता ऊपरी तौर पर निरोगी मालूम पड़े तभी उसे बंद जगह में बांध रखना चाहिये जिनसे कि वह दूसरे मनुष्यों को या कुत्तों को न काटने पावे । उसे दस दिन तक खिलाने पिलाने में देर रख करते रहना चाहिये । यदि इस समय के बाद भी वह

निरोग रहे तो उसके काटे हुए मनुष्य को हाइड्रोफोबिया होने का कोई डर नहीं, परंतु यदि दस दिन के अंदर कुत्ता बीमार हो जाय तो शक करना चाहिये कि कुत्ता पागल होगा और काटे हुए मनुष्य को एकदम सबसे पासवाले ऐसे अस्पताल में जाना चाहिये जहाँ पागल कुत्ते के काटने का इलाज किया जाता हो। यह इलाज आजकल बहुत से अस्पतालों में होता है। उदाहरण:- मध्यप्रांत में इसका इलाज मेयो हास्पिटल नागपूर, विक्टोरिया हास्पिटल जबलपूर और मेन हास्पिटल रायपूर, अकोला और हुशंगाबाद में होता है।

इलाज आरम्भ करने के पहिले रोगियों को नीचे लिखी बातों पर खयाल कर लेना बेहतर होगा :-

( १ ) पागल होने के दस दिन से ज्यादा पहिले कोई जानवर जहरीला नहीं होता।

( २ ) कुत्ते के काटने पर इलाज की तभी जरूरत होती है जब कि उसके दांत चमड़े के भीतर धंस गये हों या उसकी लार किसी ताजे घाय या खरोंच पर लग गई हो।

( ३ ) कुत्ते काटने के दो महीने बाद जहर का डर बहुत कम हो जाता है।

( ४ ) अगर यह तय हो जाय कि इलाज कराना जरूरी है, तो सबसे नजदीक की अस्पताल में जहाँ कुत्ते काटने का इलाज होता हो, वहाँ पहुँच जाना चाहिये।

( ५ ) अगर कुत्ता जाना हुआ नहीं है और उसका पता नहीं लग सके तो बेहतर होगा कि फौरन किसी अस्पताल में इलाज कराने चले जाओ।

— ( ६ ) , अगर, काटनेवाला जानवर मार डाला गया हो तो उसका भेजा-किसी-डोर अस्पताल को भेज देना चाहिये, जिससे कि उसकी जांच की जा सके। लेकिन अगर तुम्हें उसके पागल होने का शक हो तो भेजे की जांच होने तक मत ठहरो - क्योंकि जांच के नतीजे से पूरा पता शायद न लग सके।

यदि तुम्हें शक हो कि तुम्हें किसी पागल कुत्ते या स्वार ( लड्डे ) ने काटा है तो तुरंत किसी डाक्टर के पास जाना चाहिये और फिर ऊपर बतलाये हुये किसी अस्पताल में जाना चाहिये। यदि कोई डाक्टर न मिल सका तो घाव को सूख धोकर कारबोलिक एसिड से जला देना चाहिये। यदि कारबोलिक एसिड भी न मिल सके तो पोटेस परमैंगनेट ( कुएं में डालनेवाली लाल दवा ) के दानों से काम लिया जा सकता है। परंतु इसका असर उतना नहीं होता, जितना कि कारबोलिक एसिड का। घाव जलते वक्त हर एक दांत के निशानों को अलग अलग जलाना चाहिये और इसका खयाल रखना चाहिये कि जलाने वाली दवा घाव के सब किनारों से छूकर घाव की तली तक पहुँच जाये।

ऊपर बतलाये हुए अस्पतालों का इलाज प्रायः ७ से १४ दिन तक चलता है। यह घाव के साधारण या अधिक बिप्ले होने पर निर्भर है अर्थात् दांत चमड़े के अंदर घुस गये हैं या कि सरोंच पर केवल उनकी लार लग गई है। ४००) सालाना से कम आमदनी वाले मनुष्यों का इलाज मुक्त में किया जाता है और उनके आने जाने का रेल किया, स्थानीय म्युनिसिपल कमेटी या डिस्ट्रिक्ट कौंसिल परदास्त करती है। ७५) माहवार से कम तनख्वाह वाले सरकारी नौकरों को भी कुछ रियायत दी जाती है।

यदि घायल औरतों या १६ साल से कम उम्र के बच्चों के साथ एक मददगार जावे तो सरकार या म्युनिसिपैलटी या डिस्ट्रिक्ट कौंसिल उसका भी खर्च बरदाश्त करती है। जिन लोगों को इस मुफ्त रियायत की दरकार हो, उन्हें अपनी तहसील के तहसिलदार के पास या म्युनिसिपैलटी अथवा डिस्ट्रिक्ट कौंसिल के सेक्रेटरी या हेल्थ आफिसर के पास जाना चाहिये। इन अप्सरों के पास उन सब तफसीलों की रिपोर्ट करना जरूरी होती है कि जिससे अंग्राज किया जावे कि काटने वाला कुत्ता पागल था या नहीं। जैसे किस तरीके से कुत्ते या लड्डे ने लोगों को काटा, उस काटने वाले जानवर को निगरानी में रखा या मार डाला या उसका क्या हुआ और कुल जमा कितने मनुष्यों को उस पागल जानवर ने काटा, इत्यादि।



## परिच्छेद ४१

### “ सर्प दंश ”

---

हिंदुस्थान में हर साल करीब बीस हजार जानें सांप के काटने से जाया होती हैं। लेकिन अगर लोगों को यह मालूम हो जाय कि सांप से किस तरह बचना चाहिये और किसी मनुष्य के काटे जाने पर क्या करना चाहिये तो यह मृत्यु संख्या बहुत घटाई जा सकती है। हिंदुस्थान में बहुत प्रकार के सांप होते हैं परंतु इनमें से केवल सैंतीस जाति के जहरीले होते हैं और उनमें से भी सात जाति के आम तौर पर पाये जाते हैं। हर राखस को सांपों की जहरीली जातियों की पहिचान सीखना चाहिये क्योंकि अक्सर ऐसा होता है कि सांप के काटने पर केवल डरके मारे ही आदमी बेहोश हो जाता है चाहे उसे काटनेवाला सांप गैर जहरीला क्यों न हो।

जहरीले और गैरजहरीले सांपों के काटने के घायों में फर्क होता है। यदि घाव को गौर से देखने पर दो दांत के निशान मालूम पड़ें, तो समझना चाहिये कि सांप जहरीला था पर यदि घाव में कई दांतों के गाढ़े निशान हों, तो सांप जरूर गैर जहरीला होना चाहिये।

जहरीले सांप वाले घाव का खास लक्षण यह होता है कि काटने के थोड़ा देर बाद ही तेज जलन होती है। घाव लाल होने लगता है और खून बहने लगता है और सब हिस्सा सूजकर नीला

पड़ जाता है मनुष्य को नशा सा मालूम पड़ता है और नींद आने लगती है। टांगों में विचित्र सनसनी मालूम होती है और कभी कभी मनुष्य को क्रे होने लगती है। निगलने की और बोलने की शक्ति नष्ट होकर सांस धीरे धीरे बंद हो जाती है। चंद जातियों के सांप के काटे हुये मनुष्य एकदम बेहोश हो जाते हैं। उनका शरीर ठण्डा हो जाता है, खूब पसीना निकलता है, नाड़ी कमजोर हो जाती है और अक्सर मुंह से और गुदाद्वार से खून निकलता है।

सर्पिले देशों में रहनेवालों को निम्नलिखित उपाय बर्तना चाहिये। हमेशा खाटपर सोओ। यदि रातको बिस्तर छोड़ने की जरूरत पड़े तो पहिले रोशनी जलाओ और पैर नीचे रखने के पहिले इतमीनान करलो कि कर्श पर आसपास कोई सांप तो नहीं है। रात के समय खासकर बरसात में कभी भी बगैर जूतों के और बगैर रोशनी के बाहर मत जाओ।

अपने मकानों के नजदीक घास और घनी झाड़ी मत उगने दो, क्योंकि उनमें सांप छिप सकते हैं। यदि मुमकिन हो, तो अपने मकान के आसपास कम से कम एक गज की चौड़ाई में कंकड़ बिछाओ क्योंकि सांप खुरदरी जगह पर से जाना पसंद नहीं करते। अपने मकानों में चूहे और मेंढक न आवे इसकी कोशिश करो, क्योंकि इन्हे खाने के लिये सांप घर के भीतर आ जाते हैं। अपने घर के अंदर या आंगन में कूड़ा, कर्कट या अन्य अंगड़-संगड़ जमा मत करो।

यदि दुर्भाग्य से किसी मनुष्य को सांप काट ले तो डाक्टर को फौरन बुलाओ। उनके आने के पहिले नीचे लिखी हुई कार्रवाई

करो। घाव के तीन इंच ऊपर सुतली, रुमाल, या दूसरा भजेबूत कपड़ा बांध दो और उस पट्टी में एक लेकड़ी डालकर और उसे ऐंठ कर इतना कस दो कि उस स्थान पर खून की दौड़ान बंद हो जावे। फिर एक चाकू से कई सड़ें नरंतर कर दो। (आड़े नरंतर कभी न करना चाहिये क्योंकि ऐसा करने से खून की नसें फट जाने का भय रहता है) फिर घाव में पोटेशियम परमैंगनेट (लाल दवा जो कुर्छों में पानी साफ करने के लिये डाली जाती है) रगड़ दो इस हिकमत से फायदा उठाने के लिये हमेशा पास में एक डिब्बी में पोटेश परमैंगनेट और एक नरंतर रखना चाहिये। ऐसी डिब्बी कोई भी दूकान में चार छः आने में मिल सकती है। यदि पोटेशियम परमैंगनेट पास में न हो, तो एक तेज चाकू से घाव करो और उसके आसपास का मांस काटकर अलग कर दो फिर घाव को लाल अद्धार से या गरम लोहे से या खोलते हुये तेल से जला दो। यदि जहर बढ़ने का कोई चिन्ह आध घंटे में नजर न आवे तो पट्टी को थोड़ा ढीला कर दो नहीं तो उसके नीचे का हिस्सा सुन्न पड़ जायगा।

यदि मरीज का शरीर ठण्डा होने लगे, तो उसका सिर नीचे रखो और टांगों को धड़ से सयकोण पर मोड़कर रखो। दोनों हाथों और पैरों में नीचे से ऊपर की तरफ पट्टी लपेटो और हृदय के ऊपर राई का पल्लस्तर रखो। जबतक कि शरीर पर रखने के लिये गरम पानी की बोतलें न तैयार हो जावें, तबतक, पिस्सी हुई, सॉठ और राई से शरीर पर मालिश करना चाहिये। मरीज के लिये कम से कम एक दर्जन गरम पानी की बोतलों की जरूरत पड़ती है। मरीज को कम्मल से ढांक कर रखना चाहिये और उन्हें शराब

कभी न देना चाहिये । नौसादर चूना बराबर मिलाकर सुंघाने से फायदा होता है । उसे पंद्रह मिनट के अंतर से दो तीन चाय के चम्मच भर गरम शोरबा, गरम गरम दूध या गरम चाय देना चाहिये ।

हवा को मत रोको और मरीज को मत हिलने दो, उसे पूरा आराम करने दो । यदि स्वांस कम होती हुई मालूम पड़े तो जिस तरह से डूबे हुये मनुष्य को सांस दिलाई जाती है उस तरह से मरीज को सांस दिलाना चाहिये । इस्पेसिफिक सिरम की पिचकारी यदि काटने के बाद फौरन लगाई जावे, तो नाग और अन्य जहरीले सांपों का जहर दूर करने के लिये अच्छा दवा है । हमेशा डाक्टर की मदद लेना चाहिये और जबतक वह न मिल सके ऊपर बताई हुई तरकीबें काम में लाना चाहिये ।



## परिच्छेद ४२

“ संभोग जनित बीमारियाँ ”

आतंशक ( गरमी ) और प्रमेह ( सूजाक ) संभोग जनित रोग कहलाये जाते हैं क्योंकि ये स्त्री से पुरुष को और पुरुष से स्त्री को अपवित्र संभोग द्वारा लग जाते हैं । जब दो ऐसे व्यक्तियों में जिनमें एक रोगी है संभोग होता है, तब रोगी व्यक्ति के शरीर के ग्रणों से निकल कर इन बीमारियों के अत्यंत तेज कीटाणु दूसरे व्यक्ति की जननेंद्रिय के मुलायम चमड़े पर फैल जाते हैं । जबतक ये कीटाणु चमड़े की सतह पर रहते हैं, तबतक आसानीसे उचित ‘ ऐंटीसेप्टिक ’ ( शुद्ध करनेवाली दवा ) द्वारा नष्ट किये जा सकते हैं, परंतु ज्योंही ये शरीर के अंदर घुस जाते हैं त्योंही वे इतनी तेजी से चलते फिरते हैं तथा बढ़ते हैं कि जबतक कोई जोरदार दवा पिचकारी द्वारा खून में न पहुँचाई जावे तबतक वे मारे नहीं जा सकते । इस लिये “ इलाज की अपेक्षा रोक अच्छा होता है ” और रोक का एक मात्र अच्छा उपाय यह है कि रोगी व्यक्तिके साथ संभोग कदापि न करे । परंतु चूंकि यह जानना कि अमुक व्यक्ति रोगी है या नहीं बहुत कठिन है इस लिये धर्म, सदाचार और स्वास्थ्य की दृष्टिसे यह आवश्यक है कि प्रत्येक व्यक्ति अपने आचरण में पवित्र रहे । परंतु यदि किसी व्यक्ति को रोग लग ही जावे तो उसे तबतक ब्रम्हचर्य से रहना चाहिये, जबतक कि वह बिलकुल निरोग न हो जावे । इन बीमारियों के विषय में बंद बातें नीचे लिखी जाती हैं ।

## आतशक ( गर्मी )

आतशक का पहिला लक्षण यह है कि संभोग के बाद प्रायः चार पांच सप्ताह के अंदर इंद्रिय पर फुन्सी या फुड़ियां होती हैं । यह रोग संभोग करने के समय से कमसे कम १० दिन या अधिक से अधिक ६० दिन के बाद जाहिर होता है । फुंसी से लाल फोड़ा हो जाता है जो छूने में सख्त होता है । पहिली फुंसी के निकलने के प्रायः ६-७ सप्ताह बाद शरीर पर तांवे के रंग के समान फुंसियां निकल आती हैं । साथ ही साथ जांवों में गिल्लियां उठ आती हैं । ६ से ८ सप्ताह के पश्चात् इसके कीटाणु स्वतंत्र रूप से शरीर में दौरा करते हैं और प्रत्येक अवसर पर अपना असर डालते हैं । चमड़ा, हड्डी, गांठ ( जोड़ ) आँखें इत्यादि पर इसका बुरा प्रभाव पड़ता है । इसके सिवाय इसके और दूसरे लक्षण भी हो सकते हैं : जैसे बुखार तेजी के साथ आ जाना, चमड़े के ऊपर बहुत से बाने उठ आना, मुंह में छाले पड़ जाना, गला फट जाना जिससे आवाज भर्रा जाती है, इत्यादि । जब इसकी तीव्र अवस्था पहुँच जाती है तब शरीर के विविध भागों पर गहरे घाव हो जाते हैं और वे पक कर फूट जाते हैं । अक्सर नाक और तालू गल जाते हैं और उनकी जगह पर बड़े बड़े छिद्र रह जाते हैं ।

अवेपन के मुख्य कारणों में आतशक भी है । यह रोग सस्तिष्क पर भी चोट करता है । स्त्री और पुरुष दोनों की जननेन्द्रियों पर तो यह चोट करता ही है जिससे या तो स्त्री-पुरुष दोनों की संतान-उत्पादन शक्ति नाश हो जाती है या अगर गर्भ रहा भी तो अक्सर बगैर पूरे दिन हुये गिर जाता है ।

आजकल आतशक की सबसे अधिक संतोष जनक दवा

“ सालवर्मन ” है जो “ ६०६ ” नम्बर के नाम से प्रख्यात है । परंतु इसका उपयोग डाक्टर द्वारा ही हो सकता है । इसलिये ज्यों ही रोग का पता लगे त्योंही किसी अच्छे डाक्टर से सलाह लेनी चाहिये ।

### गोनोरिया, प्रमेह या सूजाक

यह रोग संभोग के प्रायः तीन से सात दिन के अन्दर शुरू होता है । इसके लक्षण ये हैं:—

खुजली, मूत्रनली में जलन या चुभता हुआ दर्द और पेशाब करते समय पीड़ा, मूत्रनली से पीप के समान पानी निकलना जिसका रंग पीलापन लिये हुये स्फेद होता है । यह पहिले पतला होता है फिर गाढ़ा होते जाता है ।

माकूल इलाज होने पर यह लगभग दो महीने में अच्छा हो सकता है । मरीज को यथा-शक्ति शांत रखना चाहिये, उसे निव्यू का रस भिला हुआ पानी खूब पीना चाहिये ।

रोग ग्रसित भाग को दिनमें तीन चार गरम पानी में डुबाना चाहिये जिससे दर्द शांत हो और वह भाग साफ हो जावे ।

सूजाक के असर से बाद को कई खतरनाक बीमारियां हो सकती हैं । खासकर आंखों और जोड़ों पर इसका बहुत खराब परिणाम होता है जिससे कि मनुष्य अंधा और लूला भी हो सकता है । कभी कभी इससे पेशाब की नली का छेद बंद हो जाता है जिससे कि पेशाब निकलने में बहुत तकलीफ होती है ।



## परिच्छेद ४३

“ बचपन में बच्चों की मृत्यु ”



यद्यपि पहिले लिखे गये स्वास्थ्य के उसूलों को अच्छी तरह समझ कर तथा उन के मुआफिक चलकर गांव के लोग बहुत कुछ फायदा उठा सकते हैं, तथापि उनको यह समझ लेना चाहिये कि बचपन की बुनियाद बचपन ही में ढाली जा सकती है। इस लिये यह जरूरी है कि बच्चा पैदा होते ही उसके स्वास्थ्य पर पूर्ण ध्यान दिया जाय। बच्चों की ठीक प्रकार से रक्षा कैसे की जाय यह प्रामाणियों को सिखाने के वास्ते सरकारने प्रांत भर में ‘शिशु-मंगल केंद्र’ और ‘प्रामाण शिशु पालन गृह’ खोल रखे हैं। प्रामाणियों को, छास कर स्त्रियों को, चाहिये कि ये इन केंद्रों में जावें और बच्चों का ठीक ठीक पोषण और पालन कैसे किया जाता है यह सीखें। बच्चे बढ़कर मोटे ताजे होकर बंगे रहें इस के वास्ते यह जरूरी है कि गर्भवती स्त्रियों की कम से कम गर्भ के आखिरी महीने में अच्छी तरह से हिफाजत की जावे। प्रसव ठीक प्रकार से कराने के लिये किसी उत्तम अनुमयी दाई को नियुक्त करना बहुत जरूरी है, क्योंकि इस संबंध में सरकारी रिपोर्टों से पता लगता है कि देश की कुल मृत्यु संख्या की ५४ प्रतिशत मृत्युएं एक से लेकर पांच साल की अवस्थावाले बच्चों में होती है। इनमें से ३३ प्रतिशत बच्चे एक वर्ष से कम अवस्था में मर जाते हैं और फिर इनमें १० प्रतिशत एक हफ्ते के अंदर ही मर जाते हैं, ७ प्रतिशत एक महीने से अधिक नहीं जीते, ८ प्रतिशत ६ महीने के अंदर

मर जाते हैं और दूसरे दृष्टिगत अपने जन्म की प्रथम वर्षगांठ देखने नहीं पाते ।

शिशुओं में अधिकांश मृत्युएँ जबकी के वक्त मैलेपन के सबब, ठीक प्रकार से बच्चों को कैसे दूध पिलाना यह न जानने की वजह व उसी तरह उनकी देखरेख की लापरवाही के कारण होती हैं । इनमें से प्रत्येक विषय को ऊपर आगे संक्षेप में कुछ हिदायतें लिखी जावेंगी ।



## परिच्छेद ४४

### “ प्रसवपीडा ” ज़चकी



पूरे दिनों की ज़चकी स्वाभाविक क्रिया है और उसमें ज़चा और बच्चा दोनों को बहुत कम खतरा रहता है, परंतु ज़चकी का बग़ैर खतरे के होना गर्भिणी की कैसी हिकाज़त की गई इस पर निर्भर है। इसलिये गर्भिणी की अच्छी हिकाज़त करना चाहिये और नीचे लिखी हुई सावधानियों को बर्तना चाहिये।

( १ ) गर्भिणी को पौष्टिक भोजन अच्छी मात्रा में मिलना चाहिये।

( २ ) उसे खूब हवादार कमरे में सोना चाहिये।

( ३ ) उसे रोज़ साफ़ पानी खूब पीना चाहिये।

( ४ ) उसे रोज़ मेहनत करना चाहिये, नहीं तो उसकी पेशियां कमजोर हो जावेंगी और ज़चकी के वक्त कठिनाई होगी।

जब प्रसव का समय नज़दीक आने लगे, तो जिस कमरे में ज़चकी कराना हो उसे साफ़ कर रखना चाहिये और नीचे लिखा हुआ सामान इकट्ठा कर लेना चाहिये।

( १ ) साफ़ रुई, ( २ ) १० इंच चौड़े और ४ फुट लम्बे मज़बूत सूती कपड़े के कुछ टुकड़े जो ज़चकी के बाद ज़च्चा के पैर पर पट्टी की तरह बांधने के काम आवेंगे, ( ३ ) कुछ पुराने कपड़े जो अच्छी तरह धोले हुये और धुले हुये हों, ( ४ ) थोड़ा

वोरिक एसिड पाऊडर, (५) डोरे के डुकड़े (६) साफ कैंची और (७) थोड़ा आरगिराल सोल्यूशन ।

ज्योंही प्रसव का समय आवे, त्योंही एक खाटपर गर्भिणी का बिस्तर बिछा देना चाहिये उसपर कुछ अखबारों के पत्रें या मोम-कम्पड़ बिछाकर ऊपर चदर बिछा देना चाहिये । खून सोसने के लिये बिस्तर पर पुराने मैले कपड़ों का इस्तेमाल हरगिज न करना चाहिये । प्रसव नजदीक होने के लक्षण ये हैं:-पेड़ का नाँचे को झुक जाना, कुछ हल्कापन मालूम होना, बार बार पेशाब करने की हाजत व इच्छा होना, जननेन्द्रिय से पानी बहना और फिर पीड़ा होना । सच्ची पीरें १५ से ३० मिनट तक के बराबर बराबर अंतर पर उठती हैं और यों यों जचकी का यक्त नजदीक आता है-वे बहुत जल्दी जल्दी उठने लगती हैं । प्रसवों में मदद देने के लिये सीखी हुई नर्स को बुलाओ । यदि नर्स न मिल सके तो सर्टिफिकेटेड माफता दाई को लगाना चाहिये । दगैर शिक्षा पाई हुई मैली कुचैली, दाई को लगाना खतरनाक है । बहुत से घरे बचपन में इसी कारण जाया हो जाते हैं, कारण कि अशिक्षित दाइयाँ संकष्ट के साथ प्रसव कर नहीं सकती, जिसे से बच्चे धीमा होकर मर जाते हैं और बहुतों मारतारें भी धीमारें पड़ जाती हैं और उन्हें जचकी के बाद दुखार हो आता है ।

१० पीरों के समय बार बार पेशाब करना चाहिये यदि पिछले ६ या ८ घंटों में पाखाना न हुआ हो तो उस स्त्री को हल्का गरम " एनिमा " देना चाहिये जिस से अंतही साफ हो जावे । उसे गर्म रत्नान भी कराना चाहिये और उस समय बाहिरी जननेन्द्रिय के पास-बे-भाग को साफ न और गरम पानी से अच्छी प्रकार धोना चाहिये ।

पहिली पीरों के समय माता इच्छानुसार बैठ या लेट सकती है। जब पीरें तेज हों जावें तब उसे बिस्तर पर लेटी ही रहना चाहिये और टांगें भिכוड़ लेना चाहिये। ऐसे वक्त सड़े या घेंटे रहने में माता को हानि पहुंचती है और इस तरीके में बच्चे को साफ रखना अशुभव होता है।

नर्स या दाई को अपनी भुजायें और अपने हाथ सावधानी में साफ कर लेना चाहिये और अगर संभव हो, तो अपने हाथों को किनाइल के पानी से अथवा लाल दवा से धो लेना चाहिये। हाथ टिहुनी तक खुले रहना चाहिये। प्रसव के समय उसे अपने हाथों को गन्दी वस्तुओं को छूकर मेल न होने देना चाहिये। यदि धोखे से कोई भेली चीज छू जाय, तो उसे अपने हाथों को फिर फौरन साफ करनेवाली किमी दवा में धो डालना चाहिये। नाखूनों को कतराके उनके भीतर का मैल बिलकुल साफ कर लेना चाहिये। सिर्फ गरम पानी और साबुन में हाथ धो डालना काफी नहीं होता। हाथों को और नाखूनों को एक छंटे ब्रुश से साफ करना चाहिये। पोशाक बिलकुल साफ होनी चाहिये। और एक साफ बड़े कपड़े को उपरने के तौर पर पहिनना बेहतर होता है।

जचकी के वक्त इस ख्याल से कि बच्चा जनने में मदद मिलेगी स्त्री को कोई दवा मत दो। उसे दवाकी कोई जरूरत नहीं होती और वरिष्ठ दवा के बड़ बेहतर रहेगी। स्त्री के पेडू को रस्सी या चहर से मत बांधो। ऐसा करने से बच्चा मदद के रूकाघट होनी है। नर्स या दाई को जननेन्द्रिय मार्ग में अंगुलियां नहीं डालना चाहिये। क्यों कि ऐसा करने से स्त्री को जहर लग जाता है और उसे ‘दूध का बुझार’ होता है। ‘पानी की थैली’ के फटने के बाद

बच्चे का सिर जननेन्द्रिय मुख से निकलता हुआ दिखेगा। यदि बच्चे की बैठक हस्तमामूल है तो उसका चहरा नीचे की तरफ याने मां की पीठ के तरफ रहेगा और सिर का चदेवा पहिले बाहर निकलेगा। उस स्थान से यदि सिर बहुत जल्द बाहर निकले तो वह जगह बुरी तरह फट जावेगी। इसलिये ज्योंही सिर नज़र आवे, त्योंही उस पर उंगलियां रख दो और हर पीर पर जोर से नीचे को दबाओ। इस तरीके से बच्चे का सिर उसकी छाती पर मुक जाता है और जननेन्द्रिय द्वारसे अधिक सरलता से निकल सकता है। इस तरीके से सिर के बाहर निकलने में कुछ मिनटों की देर भी हो जाती है। पीरों के अंतरकाल में पेशियां ढीली हो जाती हैं। जब वे ढीली रहें सिर को बाहर निकल आने दो। इस तरीके से इन्द्रिय के फटने का खतरा कम हो जाता है।

सिर के बाहर निकल आने के बाद अक्सर थढ़ थोड़ी देर के बाद निकलता है। ज्योंही सिर बाहर निकल आवे, त्योंही उस की गर्दन पर उंगलियां फेर कर देखो कि नाड़ा गर्दन पर लिपटा तो नहीं है। यदि वह गर्दन पर लिपटा है और उसमें जान नहीं है, तो बच्चे को फौरन बाहर निकाल लेना चाहिये। यदि नाड़ा गर्दन पर है तो दाईं थोड़ी धुनकी हुई साफ कपास से या साफ चिन्थी से बच्चे की आँखें पोंछकर साफ कर देवे। बच्चे का मुंह भी पोंछ देना चाहिये और खोल देना चाहिये।

जब बच्चा पैदा हो जावे, तब उसे फलालैन या दूसरे नरम कपड़े के टुकड़े से लपेट दो। उसके चेहरे पर खून के घन्घे मत रहने दो दाईं को चाहिये कि जल्दी से बच्चे की आँखों में १० प्रतिशत वाले आरगिराल सोल्यूरान की कुछ बूँदें डालकर उन्हें घो

देवे । यदि आरगिराल न होवे, तो आंखों में बोरिक एसिड सोल्यूशन डालकर धोना चाहिये । हज़ारों बच्चे पैदायश पर इस तरह आंखें न धोई जाने के कारण अंधे हो जाते हैं ।

ज्योंही ज्वकी हो जावे, त्योंही दाई के मददगार को चाहिये कि स्त्री के पेडू पर एक हाथ रखे और बच्चेदानी को पकड़ ले । वह पेडू में टटोलने से कड़ी गांठ के मुआफिक मालूम पड़ती है । उसे हल्के हल्के दबाओ । हाथ को एक क्षण भी मत हटाओ क्योंकि दबाने से खाली बच्चे दानी सिकुड़ जाती है और खून का बहाव रुक जाता है ।

ज्योंही नाड़े में नज्ज़ चलना बंद हो त्योंही उसे बांधकर काट देना चाहिये । इस काम के वास्ते तैयार किये हुये क्रीते के दो तुकड़ों का इस्तेमाल करो । इन दो तुकड़ों और कैंची को पदिले एक बर्तन में रखकर कई मिनटों तक उबाल लेना चाहिये । जबतक उनका इस्तेमाल का समय न आवे, तबतक उन्हें उसी गरम पानी में पड़े रहने देना चाहिये । नाड़े को होशियारी से सूव कसकर बांधो । बगैर कई मिनटोंतक उबाले हुये औजार से कभी नाड़े को न काटो । बगैर उबाली हुई चीजों को नाड़ा बांधने और काटने के काम में लाने से ही बच्चे के शरीर में ज़हरीले रोग के बीज घुस जाते हैं जो कभी कभी घनुष्ट्कार रोग पैदा कर देते हैं ।

ज्योंही नाड़ा कट जाय, त्योंही उसपर कुछ बोरिसिक एसिड भुरक दो और उबालकर तैयार किये हुये कपड़े को उसके डंटुए पर रख दो । डंटुए को कपड़े के बीच के छेद में पिरो दो और कपड़े को डंटुए के ऊपर मोड़ दो और कपड़े को स्थान में रखने के लिये बच्चे के शरीर पर पट्टी बांध दो । ज्वकी के बाद बच्चे को

गरम सूखी जगह में दाहिनी करवट पर लिटाकर तबतक के लिये रख दो तबतक कि माता की हिफाजत पूरी न हो जावे। बच्चे की पैदायश के थोड़ी देर बाद कनहरी निकल आवेगी। नाड़े के टोड़ को पकड़कर भत खींचो और नाड़े में कुछ भत बांधो। ऐसा खयाल करना, शलत है कि नाड़ा-मां के बदन में फिर बिच जावेगा और उसे हानि पहुंचावेगा।

दाड़े की मददगारों को जो बच्चेदानों को पकड़े हों उसे चाहिये कि भजवृत्ती के साथ न कि ज्यादा ताकत से उसे दबाती रहे। ऐसा करने से खून बहना रुकता है और कनहरी के निकलने में मदद मिलती है।

ज्योंही कनहरी निकल आवे त्योंही पेडू पर एक मोटे कपड़े का १५ इंच चौड़ा पट्टा कसकर लपेट देना चाहिये और उसे सेफ्टी-पिन से या छोरपर लगे हुये बंदों से बांध देना चाहिये। यह पट्टा पेडू पर दबाव डालने में एक कमरबंद का काम करता है। ज्योंही बच्चा नहा धोकर और कपड़े पहिनकर तैयार हो जावे उसे दूध पीने के लिये माता के म्थन से लगा देना चाहिये क्योंकि जैसे जैसे वह दूध खींचेगा वैसे वैसे ही बच्चेदानों सिकुड़ेगी और सख्त हो जावेगी। ऐसे होने से बच्चेदानों से खून निकलना बंद होता है। पेडू पर पट्टी बांधने के पहिले सब बिगड़े हुये कपड़ों और बिस्तर को अलग कर देना चाहिये और स्त्री के शरीर के जिन जिन भागों में खून लगा गया हो उन सब को गरम पानी में अच्छी तरह साफ कर देना चाहिये। इसके बाद शीपक रुई या उबाले हुये कपड़े की कई तरह करके एक गद्दी बनाकर स्त्री की जननेन्द्रिय पर रखकर उसे एक लंगोट (मट्टी) से बांध देना चाहिये। वह लंगोट

(पट्टी) सेफ्टी-पिनो से पेडूवाले पट्टे में सामने और पीछे टांक देना चाहिये।

स्त्री को कई दिनों तक विस्तर पर लेटे हुये आराम कराना चाहिये। लंगोट और गद्दी को बार बार बदलना चाहिये और बाहरी जननेन्द्रिय को भी बार बार धोना चाहिये।

स्त्री को प्रसव के ६-७ घंटे बाद पेशाब बतरना चाहिये यदि इस काल के पश्चात् उससे पेशाब न करते बने तो एक बड़े से तौलिये को कई तह करके गरम पानी में भिगाकर और निचोड़ कर मूत्रेन्द्रिय के ऊपर के भागपर रखना चाहिये। बच्चा होने के दूसरे दिन स्त्री को पायखाना होना चाहिये। यदि न हो तो जुलाब देना चाहिये।

प्रसव के बाद माता साधारण भोजन कर सकती है। एक दो दिन तक ठण्डा भोजन और ठण्डा पानी न पीना अच्छा होता है। माता को अच्छी तरह पका हुआ पौष्टिक भोजन जैसे भात दलिया, अंडे, हल्की रोटी, आलू, मखली, पके फल इत्यादि देना चाहिये।

मामूली तौर पर पैदा होते ही बच्चा चिल्लाता है और सांस लेने लगता है। यदि वह न चिल्लावे और सांस न लेवे, परंतु चुपचाप पड़ा रहे या सिर्फ कमजोर सिसकियां लेवे तो उसे कौरन सांस लिबाना चाहिये। सांस लिबाने के लिये जो शुद्ध किया जाय, कौरन किया जावे। पहिले बच्चे के मुंह और गले को उंगली में साफ पतला कपड़ा लपेटकर साफ कर देना चाहिये। फिर अंगूठे और उँगली पर कपड़ा रखकर उसकी जीभ को पकड़कर आहिस्ते

आदिस्ते १ मिनटमें १० बार के हिसाब से स्वीचन चाहिये । जब यह क्रिया चल रही हो उस समय किसी से बच्चे के चूतड़ों पर या छाती पर ठण्डे पानी में भिगोये हुये कपड़े से थप्पड़ लगवाओ । इन हिकमतों से अक्सर बच्चा सांस लेने लगता है । ज्योंही सांस लेना शुरू हो जावे त्योंही बच्चे को आंच से सेके हुये गरम कपड़े में लपेट दो ।

यदि ऊपर दी हुई तरकीबें दो मिनट तक जारी रहने पर भी बच्चा सांस न लेवे, तो नाड़े को फौरन काटकर बांध देना चाहिये और (रेसापायरेशन) नकली तरीके से सांस लिवाने का प्रयोग करना चाहिये, जैसे पानी में डूबे हुये मनुष्य के साथ किया जाता है । याने उसकी भुजायें ऊपर नीचे स्वीच के नकली सांस लिवाना चाहिये । भुजाओं का संचालन बहुत वेगसे एक मिनट में दस बाहर-बार से अधिक न होना चाहिये । बच्चे को उसके अंदर लिटा सकने लायक काफ़ी बड़ा वर्तन जिसमें कम से कम १०१ डिग्री फ़ैरनहाइट गरम पानी भरा हो तैयार रखना अच्छा होता है । जल्दी आशा न छोड़ना चाहिये । यदि सजीवता का कोई भी चिन्ह मौजूद हो तो आधे घंटे से अधिक समय तक नकली सांस की क्रिया जारी रखना चाहिये ।

देहातों में बहुधा स्त्रियां अपढ़ होती हैं और वे अपने मासिक धर्म के आदि और अंतकी तारीखोंका कोई हिसाब नहीं रखती और इस लिये वे प्रसव काल की तारीख का मोटा अंदाज भी नहीं लगा सकती । जो स्त्रियां हिसाब लगा सकती हैं उन्हें यह ज्ञान रोचक होगा कि गर्भ की म्याद, २७३ से २८० दिन की होती है जो करीब करीब नौ महीने १० दिन के बराबर है । बच्चा किस

तारीख को पैदा होगा इसका हिसाब लगाने की सभसे अच्छी तरकीब यह है कि जिस तारीख को आखिरी मासिक धर्म हुआ हो उस तारीख से ६ महिने गिनकर फिर ७ रोज और जोड़ दिये जायं । जैसे यदि मासिक स्नान की आखिरी तारीख ५ जनवरी हो तो बच्चा १२ अक्टूबर के लगभग होगा ।



## परिच्छेद ४५

‘बच्चों की हिफाजत’

पहिले कहा जा चुका है कि ज्वर की के वक्त मैले कुचैलेपन से ही अक्सर बच्चों की मौत हुआ करती है। वक्त पर और ठीक तरीके से न खिलाने पिलाने से या भारी भोजन देने से भी उनकी मृत्यु होती है। आमतौर पर बच्चा दिन में कई बार रोता है और इससे उसके वदन की पेशियों को कसरत हो जाती है। इस लिये माताओं को यह उचित नहीं है कि बच्चों को हर बार रोने पर दूध पिलाने की आदत डाल लें। केवल बंधे वक्त पर ही दूध पिलाना चाहिये। पहिले २-३ मास तक बच्चों को दो दो घंटे में दूध पिलाना चाहिये इसमें अधिक शर नहीं। आखिरी बार रात के करीब १० बजे दूध पिलाना चाहिये और फिर रात्रि में बिलकुल नहीं। प्रायः स्त्रियों की आदत पड़ जाती है कि वे बच्चों को रात्रि में कई बार दूध पीने देती हैं। इससे मां की नींद टूटती है और बच्चे को भी नुक्सान होता है। यदि बच्चा नियमित समयों के बीच में रोवे, तो उसे थोड़ा अच्छी तरह उवाला हुआ कुनकुना पानी पिलाना चाहिये खासकर गर्मियों में। मां को अपने स्तन कई बार स्वच्छ पानी से धोकर साफ रखना चाहिये। ६ से ८ मास तक की उम्र के पहिले बच्चे को मा के दूध के अलावा और कुछ नहीं खिलाना चाहिये। ८ मास की उम्र हो जाने पर बच्चे को केवल पतली लपसी (रेहू के आटे की गाय या बकरी के दूध में बनाई हुई)

पिलाना चाहिये । जबतक ठोस पदार्थ चबाने के लिये बच्चे के दांत न निकल आवें तबतक उसे ठोस भोजन नहीं देना चाहिये । संतरों का रस बहुत सुफीद होता है और रोज दिया जा सकता है यदि वह न मिल सके तो उसकी जगह पके हुये टुमेटो ( टमाटर मारुभटा , भेदरा, अथवा विलायती बैंगन ) का रस भली भांति दे सतके हैं ।

यदि मां बच्चे को दूध न पिला सकती हो, तो गाय का या बकरी का ताजा दूध दिया जा सकता है । एक सप्ताह से कम उम्र के बच्चे के लिये १ पाव दूध आधा पाव उबाला हुआ पानी और सवा तोला चूनेका पानी मिलाओ और सवा तोला शुद्ध या शफर अच्छी तरह घोलकर रख लो, यह एक दिन तक के लिये काफी होगा । बच्चे को जीवन के प्रथम ३-४ सप्ताह हर दो घंटों में लगभग १ छटाक दूध चाहिये, दो महीने से ६ महीने तक के शिशु को एक दूधे में अर्द्धाई से साढ़े तीन छटाक तक दूध देना चाहिये । यदि दूध पिलाने वाली बोटल का उपयोग किया जावे तो इस बात का ध्यान रहे कि बोटल हमेशा साफ रहे । हर बार काम में लाने के पहिले खड़ की धुंड़ी निकालकर बोटल को भीतर बाहर से विलकुल साफ धो लेना चाहिये । खाने पिलाने में गलती करने से बच्चे को बार बार पतले दस्त होने लगेंगे, उसके दस्त में आंव रहेगी और उसमें से दुर्गंध निकलेगी । जब ऐसा हो तब एक दिन के लिये साधारण पोषण बंद कर दो और बच्चे का भात के मांड और चबाले हुये कुनकुने पानी के अलावा कुछ मत दो ।

दुरे पोषण से पेट का दर्द भी चठ आता है । पेट और अतडिदां वायु से भर जाती हैं और पेड़ सज्ज हो जाता है । प्रायः

गरम पानी देने से और पेड़ पर गरम कपड़े की सैंक से शूल मिट जाता है ।

जीवन के प्राथमिक सप्ताहों में तन्दुरुस्त शिशु ज्यादातर सोता ही रहता है; इसलिये उसके बास्ते नरम विस्तर लगाना चाहिये और बच्चे से मक्खियों को दूर रखने के लिये उसे जालीदार मसहरी के टुकड़ों से ढांक देना चाहिये । मक्खियों के कारण आंखें उठ आती हैं । सोते समय बच्चे को सिर से नहीं उढ़ाना चाहिये क्योंकि उसे बहुतसी ताजी हवा की जरूरत होती है । बेषक अर्थात् शीतला हवाओं बच्चों के प्राण हर लेती है, इसलिये जितनी जल्दी हो सके बच्चे को "टीका" लगवा देना चाहिये । जब बच्चा पांच छः महीने का हो तब दांत निकलते समय उसे कोई कड़ी और साफ चीज चबाने को देना चाहिये ।

बच्चे को मैली जगह में न लेटने दो । वह अक्सर जमीन से कचरा उठाकर मुंह में रख लेता है, जिससे दस्त लगने का रोग हो जाता है अथवा कृमि ( छोटे २ कीड़े या जंतु ) पड़ जाते हैं । बच्चों को, नरम कपड़े पहिनाना चाहिये और अधिक सर्दी और अधिक गर्मी से बचाना चाहिये ।

## परिच्छेद ४६

### “ स्वच्छता और स्वास्थ्य के नियम ”

यह पिछले परिच्छेदों में समझाया जा चुका है कि रोग किन कारणों से उत्पन्न होते हैं और लोग उनसे कैसे बच सकते हैं, स्वास्थ्य के नियम क्या हैं और उनके अनुसार चलने और दूत से घबरेने से मनुष्य अपनी तंदुरुस्ती और योग्यता कैसे कायम रख सकता है। लेकिन गांववाले अपढ़ होते हैं और अपनी पुरानी आदतें बहुत धीरे धीरे छोड़ते हैं। इसलिये यह आवश्यक है कि ग्रामीण जनता में जोरदार आंदोलन आरम्भ किया जाये जिससे कि वे जागृत हो जायें और उनके रहन सहन तथा रहने के स्थानों की उन्नति की जाय। यह पद लिखे लोगों का कर्तव्य है कि वे इस काम को स्वयं अपने हाथों में लें और अपने गिरे हुये भाइयों को उठाने का प्रयत्न करें जिससे कि वे उत्तम और स्वस्थ जीवन व्यतीत कर सकें। गावों में तंदुरुस्ती कायम रखना कुछ मुश्किल नहीं है। घर में उजैला होने की, नालियों को साफ रखने की और मैले को दूर फेंकने इत्यादि की समस्यायें नगरों के समान ग्रामों में नहीं होती। ग्रामों में केवल यह आवश्यकता है कि लोग शारीरिक स्वच्छता की आदत डालें और अपने घर के आसपास खूब सफाई रखें। इस संबंध में गांव वालों को नीचे लिखी हुई दिशा-निर्देशों पर चलना चाहिये।

- ( १ ) मकानों को बनाते समय उनकी कुर्सी बंची उठाओ और उनमें काशी दरवाजे और सिड़कियां रखो और उनका छत उंचा बनाओ।

- (२) घरों को साफ सुथरा रखो, सिर्फ घर के अंदर ही नहीं, बल्कि आंगन और बाड़ी में भी सफाई रखो।
- (३) सब कूड़ा करकट हटा करके खात के गड्ढे में डालो। यह गड्ढा घर से दूर होना चाहिये।
- (४) रहने के कमरे से मवेशियों को दूर रखो।
- (५) रोज नहाकर साफ कपड़े पहिनो।
- (६) रसोई घर और घर्तन साफ रखो।
- (७) खाने की चीजों को छूत से बचाओ।
- (८) घर के आसपास के गड्ढे जिनमें पानी भरा रहता है पूर दो।
- (९) जहाँ से लोग पीने के लिये पानी लाते हैं वे कुल स्थान साफ रखो अर्थात् कुये तथा तालाबों के पानी को अशुद्ध होने से बचाओ।

उपरोक्त स्वच्छता के नियमों के अतिरिक्त बड़े बड़े डॉक्टरों ने नीचे लिखी हिदायतें आदमियों की निजी आदतें सुधारने के लिये दी हैं जिससे कि वे बहुत दिनों तक जीवित रहेंगे, बने रह सकते हैं तथा सुखमय जीवन व्यतीत कर सकते हैं।

(१) जल्दी सोओ और बड़ी सुबह उठो।

(२) प्रत्येक दिन कम से कम दो सेर साफ ठण्डा पानी पीओ। पानी पीने के लिये सत्रे अच्छा चक होता है रात को या सुबह उठने के बाद या आधा घंटा खाने खाने के पड़ेले जब कि पेट खाली हो। पानी कोठे को साफ

रखता है। वह जहरीली वस्तुओं को शरीर से निकाल देता है और अंग के रन्ध्रों को नष्ट होने से बचाता है।

- (३) सादा भोजन करो जिसमें तरकारी और फल बहुत मात्रा में हों। गेहूँ की रोटी और दूध बहुत ताकतवर चीजें हैं।
- (४) दांतों को स्वच्छ रखने की हमेशा फिक्र रखो।
- (५) हफ्ते में दो दिन रात को खाना न खाओ।
- (६) अपने भोजन को सूख चबाकर खाओ।
- (७) खूब सोओ, गहरी नींद लो।
- (८) गहरी सांस लेने का अभ्यास करो और किसी न किसी प्रकार का व्यायाम अवश्य नियमानुसूल करो।
- (९) फिक्र मत करो।
- (१०) प्रति दिन अपने मनोरंजन के लिये कोई न कोई काम जरूर करो।
- (११) नवजवानों का साथ करो, क्योंकि युवावस्था अपने जवानी के अभंग को फैलाती है।
- (१२) शराब पीने से, किञ्चुल दवा लेने से और हर्ज से हमेशा बचे रहो।

## परिच्छेद ६७

“ आकस्मिक आपत्तियाँ और तुरत सहाय्य ”

देहात में जो भी घटनायें रोज होती हैं, तो भी वहाँ डाक्टरों की मदद आसानी से नहीं मिलती। इस लिये यह बहुत जरूरी है कि हर गांव में कोई शख्स ‘ तुरत सहाय्य ’ देने का जाननेवाला रहे। परंतु यह विषय ऐसा है कि किसी विशेषज्ञ की ही शिक्षा द्वारा उत्तम प्रकार से सीखा जा सकता है। तुरत सहाय्य के मूल तत्वों की शिक्षा बालक्यों को ही दी जानी है और यह आंदोलन प्रोत्साहन देने योग्य है। फिर भी चंद आम बातें ऐसी हैं जिनको हर शख्स आसानी से सीख सकता है और वे नीचे लिखे मुताबिक हैं:—

( १ ) मुँदी चीटें:—जब कोई शख्स गिर जाता है या उसके शरीर के किसी भाग में चोट लगती है, तब अकसर वहाँ चमड़ा फटे हुये उसके नीचे का मांस घायल हो जाता है जिसे मुँदी चोट कहते हैं। ऐसी हालत में फौरन खूब ठण्डा पानी लगाकर चादिये अथवा बहुत गरम पानी में रुमाल निचोड़कर चोट लगे हुए भाग पर लगाना चाहिये। कपड़े को चार चार गरम पानी में भिगा कर लगाता जाये जब तक कि दर्द कम न हो जाये।

( २ ) चमड़ा छिल जानेवाली या कट जाने वाली चीटें:—जब चमड़ा छिल जाये अथवा थोड़ा कट जाये तब दवाई का एक अच्छा तरीका यह है कि फोड़े में थोड़ा टिंकचर

- ( ५ ) दांत का दर्द:—जब दांत के अंदर कोई खोखली दर्द करती हो, तो पहिले उसमें से भूठन साफ करके उस छिद्र में लौंग का तेल या कपूर या सजी भर दो ।
- ( ६ ) जलने या झुलसने से घाव:—यदि घाव खर्फी है तो उसे ठण्डे पानी में डुबाना एक अच्छा उपचार है । २० मिनिट तक डुबा रखने के बाद घाव पर वैजलीन या राहद या बराबर भाग में मिश्रित अंडे की सफेदी और उवाले हुये गरी के तेल का मिश्रण चुपड़ो ।

यदि घाव भारी हो, तो कपड़े को काटकर हटा दो, फिर घावपर ऐसी पट्टियां रखो जो हमेशा योरिक एसिड अथवा नमक के घोल से भीगी हुई रहें । छालों को मत फोड़ो । जले हुये आठमी अक्सर सड़में या अंचानक हृदय पर धके के कारण तक्रलीक पाते हैं । इस सदमें का इलाज उत्तेजक औषधियों द्वारा होना चाहिये जैसे प्रांडी, और रोगी को पूरा आराम देना चाहिये ।

- ( ७ ) चिच्छू का दंश:—काटने के स्थान पर चमड़े को गहरे तक काँचो । एक दर्जन या उससे भी अधिक छेद कोच दो । फिर चमड़े को पानी से भिगाकर उसपर “परमेगनेट आफ पोटेरा ” ( लाल दवा ) के कुछ कण मुरक दो और कुछ मिनिटो तक उसे ऐसा ही रहने दो । कहा जाता है कि काटे हुये हिस्से पर आक ( मदार ) का दूध मलने से भी फायदा होता है

- ( ८ ) चहर खा जाना:—पहिले इस बात का पता लगाओ कि किस प्रकार का चहर अंदर गया है । लिवाय उन

मौक्तों के जब कि तेजाब के समान जलानेवाले ज़हर खाये गये हों, पहिला काम यह है कि मरीज को कैं ( उलटी या वमन ) कराई जाये । इसके कई तरीके हैं । मरीज के गले को उंगली से गुदगुदाओ या उसे पिसी हुई राई या निमक घोला हुआ धुनकुना पानी पिलाओ फिर निरनिराले ज़हरों के लिये । नीचे लिखी हुई दवाइयाँ करो:—

नोट:—यदि मरीज फौरन कैं न करे तो वमनकारक दवाई दस दस मिनिट के अंतर से देते रहना चाहिये जबतक कि कैं खुद न हो जाये ।

नं	ज़हर का नाम	लक्षण	उपचार
(१)	एलकोहल [ शराब ]	मरीज का बेहोश होना, चमड़ा सूखा, नाड़ी और स्वांस तेज, पेशियोंमें कंपन अचेतनता ।	मरीज को चेहरे पर ठण्डे पानी के छीटों से जगाना, वमनकारक गरम चाय देना नीसादर और चूने का मिश्रण मुंघाना ।
(२)	भांग, गांजा या चरस	मरीज पहिले उत्तेजित फिर उसनींदा और बेहोश, पुल्लियाँ फैली हुई होना ।	वमनकारक गरम चाय, शरीर में गर्मी पहुँचाना, आम की गुठली पानी में घिसकर देना ।

नं.	ज़हर का नाम	लक्षण	उपचार
(३)	अफीम	उंघाई आना, आंख की पुतलियां बहुत छोटी, सांस धीमी और गहरी [लम्बी], चमड़े पर बिपचिपा पसीना, सांस में अफीम की वास आता।	नमक और पानी से कै कराना, गरम चाय खूब पिलाना, परमैंगनेट आक पोटेस का घोल १ बोतल पानी में १० ग्रैनवाला पिलाना, मरीज को चेहरे और शरीर पर गीले अंगोछे से धपड़ियां लगाकर जगाते रहना और उसे बीच बीच में पैदल चलाना, दो तीन बार दो मारा हाँग भी देना।
(४)	धतूरा	गले में खुश्की निगलने में तकलीफ और प्यास, सिर में चक्कर, लडखड़ाना, लाल चेहरा हो जाना।	कै होने की दवा जैसे नमक पड़ा हुआ कुनकुना पानी और उच्छेजक जैसे ब्रांडी, भटा (वैंगन) पानी में पीसकर देना।
(५)	कुचला	बदन में ज्वर की मरोड़ें और पीठ का दंतोड़ी बंधना, आँख के गोले आगे आना, पुतलियाँ धड़ी हुई, स्वांस में कष्ट, नाड़ी कमजोर और तेज।	बमनकारक एक बोतल गरम पानी में १० ग्रैनवाला परमैंग-नेट आक पोटेस का घोल, गाढ़ा चाय या घी और मिखी मिश्रित गरम दूध देना।

नं.	ज़हर का नाम	लक्षण	उपचार
(६)	संरिया (आर्सेनिक)	लगानार के और दस्त, पिडलियों में दर्द और ऐंठन, मरीज थकित और बेहोश। नोट:—संरिया खा जाने के लक्षण हँसे के लक्षणों से बहुत कुछ मिलते जुलते हैं।	[१] कुनकुने नमकीन पानी से जल्दी जल्दी कैं होने में मदद दो। [२] दूध, ब्रांडो और चैतून का तेल दो। [३] नकली सांस और पैरों की सेंक।
(७)	पिसा हुआ कांच	पेट में दर्द, दस्त लगना और पाखाना रक्त मिश्रित और कांसकर होना।	स्थूल भोजन जैसे रोटी और आलू खूब खिलाओ और फिर कैं करवाने की दवा।
(८)	मिट्टी का तेल	मुँद और गले में जलन, तेज प्यास, शिथिलता और बेहोशी, सांस से मिट्टी के तेल की बू आना।	कैं कराने की दवा, ब्रांडी, शरीर और पैरों में सेंकाइ।
(९)	पारा	कैं और दस्त, जीभ सफेद मी, शिथिलता,	आटा और पानी, फिर कैं कराने की दवा, निचू और ब्रांडी।

## परिच्छेद ४८

“ चंद घरेलू दवाइयाँ ”

ऊपर कहा जा चुका है कि किसी भी बीमारी के होने पर किसी होशियार डाक्टर की सहायता पौरन हासिल करना चाहिये । मर्ज को बढ़ने देना और जब यह हाथ के बाहिर हो जाये तभी डाक्टर को बुलाना भूल है । देरी करने से अक्सर जान का खतरा रहता है और खर्च के लिहाज से भी मर्ज का प्रारम्भिक दशा में जब कि यह सादे इलाज से जल्द अच्छा किया जा सकता है, डाक्टर की सलाह लेना सस्ता पड़ता है । यदि डाक्टर का सहायता आसानी से न मिल सके तो नीचे लिखे हुये नुस्खे जो काबिल इत्मिनान हैं, ध्यायमाये जा सकते हैं । दूर देहात में लोगों को देशी दवाइयों पर अब भी बहुत विरवास है और वे आम तौर पर बहुत से रोगों पर लाभदाई होती हैं । उनमें यह खूबी है कि वे सस्ती और सुलभ होती हैं । नीचे लिखे हुये नुस्खों में जिन दवाइयों का चिक्र है वे सावधानी से चुनी गई हैं । बहुधा उन्हें सब लोग पहिचानते हैं और उनके गुण भी समझते हैं, इस लिये थोड़ी विद्या-वाले देहाती लोग भी इन नुस्खों को तैयार करने में शलती नहीं करेंगे । इतना होने पर भी यह भली भांति समझ लेना चाहिये कि कोई भी नुस्खा कैसा अच्छा क्यों न हो वह सब क्रिस्म की प्रकृति व तासीर के लोगों पर या रोग की सभी हालतों में एकसा फायदे-मंद नहीं हो सकता । इस लिये किसी जानकार की सलाह हमेशा लेना उचित होता है, परंतु डाक्टर के आते तक ये नुस्खे जरूर बेखतरे-अमल में लाये जा सकते हैं ।

## “ अफरा या शूल के लिये ”

[ अ ]	नौसादर	३ तोला
	सैंधा नमक	१ तोला
	काली मिर्च	आधा तोला

घारीक पीसकर मिलाओ, दो माशे की दिन में तीन खुराक लो ।

[ व ]	सोंठ	१ माशा
	हर	४ माशा
	काला नमक	४ माशा
	थोड़े गरम पानी के साथ	४ माशा लो ।

[ स ]	सेनामुकी	२ तोला
	चिरायता	४ तोला
	अदरक	आधा तोला
	काढ़ा बनाकर पीओ ।	

## ( २ ) “ मंदाग्निके लिये ”

[ अ ]	पीपर	१ तोला
	सोंठ	१ ”
	अजवाइन	१ ”
	सौंफ	१ ”
	हर	१ ”
	आंयला	१ ”
	सैंधानमक	१ ”

पीसकर मिलाओ और हर भोजन के पश्चात् एक तोला भर लो ।

- [ व ] जीरा मिलाकर गाय के दूध का ताजा मठा पिओ ।  
 [ स ] सौंठ, कालीमिर्च, पीपल, हर, बहेड़ा, आंवला, सेंधानोन, अजवाइन, बराबर बराबर लेकर पीस लो, फिर चूरन के बराबर चञ्चन में गुड़ मिलाकर गोलियां बना लो । दिन में दो दूफे एक एक गोली खाओ ।

### ३) "शूल के लिये,"

- |                |        |
|----------------|--------|
| [ अ ] काला नोन | २ माशा |
| सौंठ           | ४ "    |
| हर             | ८ "    |

पीसकर मिलाओ और थोड़े कुनकुने पानी के साथ लो ।

- |                  |         |
|------------------|---------|
| [ य ] काली मिर्च | १५ माश  |
| अजवाइन           | १५ "    |
| पीपल             | १५ "    |
| हर का द्रिलका    | २ तोला  |
| कालानोन          | १० "    |
| भुंजा सोहगा      | १६ माशा |

पीसकर मिलाओ और तीन बार निज्यू के रस में सानकर सुखाओ और रोज ४ माशा खाओ ।

- [ स ] अजवायन और जीरा बराबर बराबर मिलाकर थोड़े नमक के साथ खाओ ।

### (४) दस्त के लिये -

- |                       |        |
|-----------------------|--------|
| [ अ ] अनार का द्रिलका | १ तोला |
| लौंग दसवां हिस्सा     |        |

दम गुने पानी में काढ़ा बनाकर खाली पेट दो दो घंटे से पीओ। इसके बाद अंडी का तेल एक खुराक पीओ।

[ व ]	खैर ( कत्था )	१ तोला
	तेजपात	१ ..
	पलाम की गोंद	१ ..

दिन में दो खुराक पाच तोला की लो।

[ स ] अथपके बेल के फल को मदी आंच में भूनो और चीज फेंककर गूदे में शहद को मिलाकर खाओ।

( ५ ) आंव रक्त ( आंव या पेचिश ) के लिये

[ अ ] इसबगोल के बीज पाचतोला थोड़े पानी में १५ मिनट तक फुलाओ। फिर उस लबाब को दिन में दो तीन बार चबाओ।

[ घ ] बराबर बराबर अधभुनी सोंफ और सोंठ और शकर मिलाकर दिन में दो तीन बार दो दो तोला खाओ।

[ स ] सफेद जीरा १ तोला और घेर की हरी पत्ती १ तोला एक छटाक पानी में पीसो और पीओ।

( ६ ) संग्रहिणी

[ अ ] लगभग एक सप्ताह तक रोगी को विस्तर पर रखे और उसे सिर्फ दूध या मठा दो। जैसे जैसे उसकी पाचन शक्ति बढ़ती जावे, उसे हरी भाजी तरकारी खाने को दो।

[ घ ] थोड़े पानी के साथ बेल का १ तोला गूदा लेकर ६ माशा तुलसी के साथ पीस डालो और पीओ।

## ( ७ ) बवासीर

[ अ ] बकाइन के बीजे का गुद्दा-१ तोला, सौंफ दो माशा  
इनको चारीक पीसो और गुड़ के साथ मिलाओ तथा  
छः छः माशा दिन में दो बार खाओ ।

[ ब ] हरसिंगार की पत्तियां लो और उसमें काली मिर्च  
मिलाकर पानी में पीस डालो ।

[ स ] रसौत ५ तोला  
कलमी शोरा ५ "

मूली के पानी में एक साथ पीसकर एक छोटी बेर के बरा-  
बर गोली बना डालो । दो गोली सुबह और शाम लो, पहिले कब्जियत  
को दूर करो अर्थात् समय पर ' मल-मूत्र ' को त्याग करो ।

पाछाने के बाद एक पिचकारी या एनिमा से छाक पानी  
अंतर्द्वियों में डालो इससे नीचे का सब मल इत्यादि साफ हो  
जायगा । उसके बाद मल त्यागने के गुप्तांग के आसपास का भाग  
खूब धोकर साफ करो ।

## ( ८ ) हैजा

[ अ ] अक्रोम १ रत्ती  
कपूर २ "  
काली मिर्च २ "  
हॉग २ "  
सोंठ २ "

इन सब को पीसकर मिलाओ और मूंग के दाने के बराबर  
गोलियां बनाओ और एक एक गोली दिन में छः बार दो ।

[ घ ] देशी कपूर

सुत्त अजवाइन

पावरमेंट के कन

तीनों वस्तुयें ममान भाग लेकर मिलाओ और जब वह पिघल जायें अर्थात् द्रव रूप में हो जायें तो ४-४ या ५-५ बूंद दिन में तीन बार दो ।

### ( ९ ) जुलाब

[ अ ] अरंडी का तेल पीया जाये तो एक हल्का विश्वासनीय जुलाब होगा । बच्चों के लिये २ तोला में अधिक की खुगक न दी जाय ।

[ ब ] जमालगोटे का तेल बहुत मज्जत जुलाब है, इसमें थोड़ा मक्खन या मीठा तेल मिलाकर लेने में दिन कार्य होगा । एक बार में दो तीन बूंद में अधिक नहीं लेना चाहिये । जमालगोटे का तेल गर्भवती-या को देना प्रतिकूल मना है ।

### ( १० ) कृमि

[ अ ] वायविडंग ६ मासे पानकर थोड़ा शहद मिलाकर पीओ ।

[ ब ] कच्चे नारियल का पानी थोड़ा शहद मिलाकर पीओ ।

[ म ] मीठाफल के पत्तों के अरु के पिलाने में कृमि मर जाते हैं ।

### ( ११ ) इन्फ्लुएंजा और खांसी

[ अ ] अदरक १ तोला

पीपर्मूल १ ”

मुलैठी	१ तोला
काकड़ सिंगी	३ "

इन सब को पीसकर शहद में मिलाओ और एक अष्टमांश तोला दिन में तीन बार लो ।

[ व ] आधा तोला समुद्रफल का बीजा, १ तोला पीपरमूल का चूर्ण, अहसा के पत्तियों का रस १ तोला और थोड़ासा शहद इन सबको मिलाकर खाने से खांसी जुकाम इत्यादि दूर हो जावेंगे ।

[ स ] सुदती खांसी-कफ	
मुलैठी	१ भाग
कालीमिर्च	१ "
बबूलकी गोंद	१ "
सैधा नमक	१ "

इन सब को पीसकर एक में मिला लो और अष्टमांश तोले की ३ गोली प्रतिदिन खाओ ।

### ( १२ ) खांसी

[ अ ] सौंफ	१ तोला
मीठी लकड़ी	१ "
बादाम	१ "
मुनक्का	३ "
दालचीनी	१ "

इन सबको पीसकर १ तोला में १२ गोलियां बनाओ और २-१ गोली दिन में दो बार लो ।

[ घ ]	काली मिर्च	१ तोला
	पीपरमूल	१ ”
	अनार की छाल	२ ”
	पुराना गुड़	८ माशा
	जवारार	६ ”

बारीक पीकसर छोटी गोलियां बनाओ ।

- [ म ] कालीमिर्च के चूर्ण में वाली दुल्मी के पत्ती का रस मिलाओ ।

### ( १३ ) दमा

- [ अ ] कभी कभी आनेवाले दमा के लिये सफेद धतूरा की डठल और सूखी पत्तियों के धुएँ को निगलना अर्थात् मंम लेना बहुत लाभकारी होता है ।
- [ घ ] भूँजी की जड़ कूटकर गुदा बनाओ और उसको अदरक और गरम पानी में मिला कर दे दो ।
- [ स ] भटकटुआ की जड़ और अहूमा का काड़ा बनाओ और घोड़ामा शहद मिलाकर दे दो ।

### ( १४ ) तिल्लों

- [ अ ] पपइया का फल कच्चा या पका सिरके के साथ राना लाभदायक है ।
- [ घ ] कलमी शोरा, सोझागा, फिटफरी, मेंधा ननक, आमा-हल्दी, अजवायन इनको चूर्ण करके निथू के रस में तीन बार और तीन बार अदरक के रस में पीसकर घेर के बराबर गोलियां बनाओ और एक गोली प्रति-दिन दो बार देवे ।

[ स ] कुनेन की गोलियां लगातार खाते रहो ।

(१५) मलेरिया जोड़ी का बुखार और एक्तरा

] सब से बढ़कर दवा कुनेन है । इसको खाने के पहिले एक बार हलका जुलाब लेना चाहिये । निम्न लिखित घरेलू दवाइयां भी लाभ प्रद हैं—

[ अ ] धनिया और सोंठ के चूर्ण को नीम की छाल के काढ़े में मिलाओ और पिओ । इससे बुखार कम होता जाता ।

[ ब ] तुलसी चार पत्ती, ववूल चार पत्ती, अजवायन ४ माशा इनका काढ़ा बनाओ और ठण्डा होने पर रोगी को बुखार आने के पहिले पिलाओ ।

[ स ] दूध ३ तोला, दही ३ तोला, राहद २ तोला, तुलसी की पत्तियों का अर्क ४ माशा, काली भिर्च का चूर्ण २ रत्ती, इनको मिलाकर उसमें से दो सुराक बुखार आने के पहिले खा जाओ ।

१६ दाद

[ अ ] सोहागा और सिंघाड़ा के चूर्ण को नीबू के रस में मिलाकर लगाओ ।

[ ब ] माजूफल ६ माशा, चूना ६ माशा, कत्था ६ माशा, मुर्दारसंग ६ माशा, गंधक ६ माशा, सोहागा ६ माशा, पीस कर नीबू के रस में गोला बनाओ । जब आवश्यक हो तो थोड़े से पानी में पीसकर लगा दो ।

[ स ] तराटा जौ उड़ और पत्तियों को नीबू के रस में मिलाकर लेप बनाओ और उसको दाद पर लगा दो ।

### ( १७ ) खुजली

- [ अ ] चार तोला जीरा को पीसकर १५ तोला मिंदूर में मिलाओ और उसको अलसी के तेल में फेटकर लगाओ ।
- [ ब ] गंधक २ तोला, कमेला २ तोला, अलसी के तेल में मिलाकर लगाओ ।
- [ म ] मदार या आक की पत्तियों का रस एक सेर, हल्दी २० तोला को २ सेर पानी में उबालो जबतक कि बूढ़ आधा न हो जाय, तब उसमें आधा सेर अलसी का तेल डाल दो और उबालने जाओ जबतक कि सब पानी भाक बनकर उड़ न जाये । छान लो और ठण्डा करके उस तेल को लगाओ ।

### ( १८ ) बिमाई के लिये

- [ अ ] बिमाई को धोकर सब धूल साफ कर दो और बूढ़ का दूध भर दो ।
- [ ब ] मोम, गेरू, घी, गुड़ और रात का मलहम बनाकर लगाओ ।

### ( १९ ) आंख के दूद के लिये

- [ अ ] फिटकरी का घोल कइ बरत आंख में डालो ।
- [ ब ] भूनी फिटकरी, पठनी लोष, आंरा हल्दी, रमोन आरुम और इमली की पत्तों का लेव बनाकर पलकों पर लगाओ ।

- [ स ] फिटकरी २ माशा, जस्ता फूल २ माशा, कपूर १ माशा और नीला थोथा १० तोला गुलाब जल में घोलो । तीन दिन तक रखने के पश्चात् आंखों में कुछ वृंदें छोड़ो ।

### ( २० ) दंत मंजन

- [ अ ] बबूल की छाल और जड़ को जलाकर कोयला बनाओ, उसे पीसकर थोड़ा नमक मिलाओ ।
- [ व ] फिटकरी दो तोला, नमक १ तोला, माजूफल २ फल कपूर आधा तोला, दरीक खाड़िया ५ तोला मिलाकर पीसो ।

- |       |                |       |
|-------|----------------|-------|
| [ स ] | हर् का द्रिलका | ४ भाग |
|       | सोंठ           | १ "   |
|       | पीपर           | १ "   |
|       | वायविडंग       | १ "   |

पीसकर मिलाओ और बादाम के द्रिलके का कोयला बराबर बराबर भाग में मिलाओ ।

### ( २१ ) स्रजाक के लिये

- |       |            |         |
|-------|------------|---------|
| [ अ ] | कथा        | ६ माशा  |
|       | रसोत       | ६ "     |
|       | हरा की छाल | ६ "     |
|       | अकीम       | ४ "     |
|       | नीला थोथा  | १ रत्ती |

इनका डेढ़ सेर पानी में अर्क उतारकर मूत्रनली को पिचकारी से धोओ ।

[ व ] राल और मिथ्री का चूरन बनाकर १० माशा गाय के दूध के साथ १४ दिन खाओ ।

[ स ]	भुनी फिटकरी	२ माशा
	गोग्रु	४ ”
	शोरा कलमी	२ ”
	इलायची	२ ”
	गांड़ शकर	४ ”

चूरन बनाकर चार चार माशा दिन में तीन बार गाय के दूध के साथ खाओ ।

( २२ ) “ वीर्य स्तंभ के लिये ”

[ अ ] द्विधांध के बीज २ माशा और गोग्रु २ माशा आधा मेर दूध में जबतक उसका आठवां हिस्सा न रह जाय उबालो फिर थोड़ा शहद मिलाकर खाओ

[ व ]	अकरफरा	तीन माशा
	तुलसीदा	दो तोला
	सफेद कंद	आधा तोला

चूरन बनाकर तीन माशा दूध के साथ खाओ ।

[ स ]	धीवीकंद	आधा तोला
	लौंग	”
	इलायची	”
	अमरगंध	”

दूध और शहद के साथ खेज खाओ ।

## ( २३ ) पाक

गाव्यों में अमीरों को पाक खाने का शौक होता है । दो प्रकार के रुचिकर पाकों के नुस्खे नीचे दिये जाते हैं ।

## मूसली पाक

- ( अ ) सफेद मूसली १ पाव और स्याह मूसली १ पाव को बारीक पीसकर ४ सेर दूध में पकाकर खोवा कर लो । इसे १ पाव धी में भूनो, फिर जायफल, लौंग, केसर, जाटामांसी, किवाच के बीज, तेजपात, इलायची, नागकेसर, सोंठ, पीपर, जायपत्री, छोटी हर्र और निसोथ एक एक छटाक लेकर बारीक पीसो और कपड़बान करके खोवे में मिलाओ, फिर ३ सेर शक्कर की चारानी बनाकर खोवे में मिलाओ और आधा सेर बदाम, आधा सेर पिस्ता, दो गोला गरी और एक पाव चिरोंजी मिलाओ । जब सब ठण्डा हो जावे तब २॥ तोले के लड्डू बांध लो । सवेरे शाम पावभर दूध के साथ एक लड्डू खाओ ।

## गोखरू पाक

- ( ब ) गोखरू आधा सेर, खोवा आधा सेर, धी आधा सेर, नागरमोथा १ तोला, केसर १ तोला, खसरस १ तोला, तालमखाना १ तोला, इलायची १ तोला, नाग-केसर १ तोला, पीपर १ तोला, चंदन १ तोला, कपूर १ तोला, शक्कर तीन सेर ।

गोखरू को बारीक पीसकर खोवे में मिलावो और धी में भूनो । दूसरी चीजों को भी बारीक पीसो और भुने हुये गोखरू

और खोवे में मिलाओ । राब के समान शकर की चाशनी बनाकर उसमें खोया छोड़ दो और एक एक पाव बादाम, पिस्ता, चिरोंजी वगैरह मेवा मिलाओ । ठण्डा होनेपर दाईं दाईं तोले के लड्डू बना लो और उनपर चांदी का बर्क लपेट लो । पावभर दूध के साथ दिन में दो दफे दो लड्डू खाओ ।



## परिच्छेद ४९

### “ गावों में रोगियों की सेवा शुश्रूषा की योजना ”

जांच करने से पता लगता है कि गावों में बहुधा साधारण प्रकार की बीमारियों तथा चोटों से लोगों को बहुत तकलीफ उठानी पड़ती है। वास्तव में, इन साधारण रोगों तथा चोटों के लिये अधिक विद्वान चिकित्सकों की आवश्यकता नहीं है। इस कारण यदि गावों ही में ऐसी तकलीफों के दूर करने का कोई उपाय हो सके, तो गांववालों का दूर के अस्पतालों में जाने की असुविधा न उठानी पड़े। यह योजना बहुत विस्तृत नहीं होनी चाहिये, जिससे मौजूदा अस्पतालों के काम का मुकाबला न हो; किंतु वे उनके सहायक हों। मध्यप्रांत में इस प्रकार का प्रबंध कई जगहों में पहिले से चालू है और मध्यप्रांत के प्रामोत्थान बोर्ड ने एक पत्रिका प्रकाशित की है जिसका नाम “ भारतवर्ष के ग्रामों के लिये रोगियों की प्राथमिक सेवा शुश्रूषा की योजना ” है। इसमें इसके कार्यक्रम का विस्तृत वर्णन है। इस योजना में केवल एक ऐसी स्त्री की आवश्यकता होती है जो कि यदि अवैतनिक नहीं तो थोड़ेसे वेतन पर ग्रामीण रोगियों की सेवा शुश्रूषा का भार ले सके। वह कारी होशियार होनी चाहिये और एक ऊंचे घर की होकर पढ़ी लिखी होनी चाहिये। असिस्टेंट मेडिकल आफिसरों को चाहिये कि वे गावों में जाकर ऐसी स्त्री को होम नर्सिंग अथवा घरेलू चिकित्सा में एक दो दिन तालीम दें जिससे कि वह घाव लादि के साफ करने में तथा घावों पर मलहम पट्टी करने और खुजली आदि अन्य चर्म रोगों की चिकित्सा करने में प्रवीण हो जावे। उसको यह हिदायत होनी चाहिये

कि वह सूत्र सफाई रखे और जब किसी रोगी की तीमारदारी करना हो तो अपने हाथों को एन्टी सेप्टिक साबुन से धो ले। उसको भलीभांति स्पष्ट रूप से बतला देना चाहिये कि वह कोई ऐसे काम को अपने हाथ में न ले जो कि उसकी शक्ति के बाहर हो। उसे मिडवाइक तथा दाई के काम को कभी नहीं छूना चाहिये। उसको निम्नलिखित सामान अवश्य देना चाहिये और उसे बतला देना चाहिये कि सिवाय घुस्कार की दवा के ( थर्क चिरायता ) या दस्तगिरी दवा के ( एपसम साल्ट ) कोई भी दवाइयां जो कि उसको दी गई हों पीने के लिये किसी रोगी को न दे। उसको साफ साफ बतला देना चाहिये कि उबाला हुआ पानी स्वच्छ होता है और बिना उबाले हुये पानी में लाल दवा डाल देने से वह साफ हो जाता है। उसे यह भी बतला देना चाहिये कि पट्टियों को उबाल डाले और उन को छूत से बचाये रखे। वह अपने औजारों को ज़मीन पर पड़े हुये न छोड़ दे, बल्कि उनको किसी तरतरी के किनारे से उढ़का दे या किसी ग्लास के ऊपर रख दे। औजारों को ऐसी रुई से पोछना चाहिये जो कि लाइसोल में भिगोई गई हो, नहीं तो उन औजारों को दियासलाई की आंच के ऊपर रखना चाहिये, यदि वे किसी गंदी चीज़ से छू गये हों। किसी असिस्टेंट मेडिकल आफीसरको चाहिये कि वह सब बातें उसी स्थान पर उसको समझा दे और उसके सामने कुछ रोगियों की चिकित्सा भी करे। इस प्रकार की शिक्षा दी जाने के बाद उस स्त्री के काम की जांच कई बार करना चाहिये। सामान के ख़ादने के लिये पैसा या तो डिस्ट्रिक्ट कौंसिल दे या ग्रामपंचायत या कोई परोपकारी दानशील सज़न दे। अफसरों द्वारा जांच की सुविधा के लिये तथा सुप्रबंध के लिये यह बेहतर होगा कि ऐसे गांव इस काम के लिये

चुने जोंयं जिनमें ग्रामपंचायतें हों और जहां कर्मचारीगण सरलता से जा सकें। गांव के मुखियों को इस काम में दिलचस्पी दिलाई जाय और इसकी उन्नति तथा निरीक्षण के लिये उनको प्रोत्साहित किया जाय। निम्नलिखित सम्मान का प्रबंध होना चाहिये:-

१ एक टीन का संदूक जिसमें सब सामान रक्खा जा सके। यह रस्ते में किसी बाजार में खरीदा जा सकता है। या एक मामूली मिट्टी के तेल का पीपा कुछ आनों में संदूकनुमा बनाया जा सकता है। टीन की लंबाई की ओर से दो टुकड़ों में काटकर उसमें क्रन्जा व सांकल कुंडा ताले के लिये लगाने से अच्छी संदूक बन जायगी।

२ दो या तीन छोटे टीन के कटोरे जिनमें गंदी पट्टियां इत्यादि रखी जायंगी।

३ दो या तीन इनेमलके कटोरे जिनमें साफ पट्टियां तथा घाव के धोने का घोल रखा जा सकता है।

४ एक टीन की तरतरी जिसपर सब औजार रखे जा सकें।

५ एक चिमटी।

६ एक बोधड़ी छुरी जिससे मलहम इत्यादि फैला सकें।

७ बिना कलफ के मोटे कपड़े का एक थैला, मलहम पट्टी के चिथड़ों को उवालने के लिये।

८ एक आंस में दवा डालने की कांच की नली।

९ एक आंस धोने की कांच की पिचकारी।

१० एक कैची।

११ एक बड़ी डेंगची मयं टंकन के।

१२ एक सावुन रखने का डब्बा और एक नाखून साफ करने का ब्रश ।

१३ एक छोटा टीन का संदूक मय ढक्कन के जिममें कि ड्रेसिंग करने की पट्टियां रखी जा सकें ।

१४ एक पिंट के प्रमाण की बोतल जिसमें गोल्डन लोशन रसें ।

१५ तीन या चार तौलिया ।

१६ औषधियां नीचे लिखी हुई इतने प्रमाण में कि प्रायः सालभर चल सकें । इनकी कीमत यदि इकट्ठी ली जाय तो १०) या उससे कम वार्षिक खर्च पड़े ।

१ टिकचर आयोडिन २ पाँड ( १ सेर )

२ एक एमिड पाउडर १॥ ”

३ पोदेश परमेगनेट क्रिस्टलस  
( लाल दवा ) १॥ ”

४ अंजुपेंटम एसिड बोरिक २॥ ”

५ ” जिंक आक्साइड २॥ ”

६ ” सल्फर ( जो गांव में बन सकता है ) ॥ पाँड

७ ” हाईड्रोजन आक्साइड फ्लेवा  
( पीला मलहम ) ॥ पाँड

८ ” एप्सम साल्ट ६ ”

९ पोदारगल यदि बिना रंग का न मिल सके, तो नहीं रखना चाहिये, क्योंकि उससे आयोडिन का धोखा हो सकता है ।

१० सल्फर आयन्टर्मेट ( गंधक का मलहम ) और गोल्डन लोशन प्रत्येक गांव में उस छी के द्वारा या सस्ते में बन सकता है । इसक.

छपाय नीचे दिया जाता है। गोल्डन लोशन विशेषकर खुजली के लिये लाभप्रद है।

“ गोल्डन लोशन खुजली के लिये ”

बुन्ताया हुआ चूना	१० तोले
माउंड सल्फर (गंधक का चूर्ण)	१० ”
पानी	१ सेर २ छटाक

इन सब को उबालो जबतक कि १० छटाक पानी न रह जाय और जब इसका इस्तेमाल हो, तो उसी के बराबर गरम पानी में मिला दिया जाय ।

“ गंधक का मलहम ”

आधा छटाक मामूली बाजार के गंधक को पीसकर बहुत चारीक चूर्ण करो और उस में ४॥ छटाक पी या बेजलीन या कोई दूसरी साफ चर्बी मिलाओ । कोई इनेमल का या चीनीमिट्टी का वर्तन कान में लाओ ।

ये उवाइयाँ इकट्ठी किसी जिम्मेदार तथा मान्य कर्मचारी के पास रखी जायँ और आवश्यकतानुसार प्रविभाजित दी जायँ ।

अन्य सामान:—

१. एक शुद्धकारी साबुन ।
२. दो गज सस्ता कोरा कपड़ा पट्टी बांधने के लिये ।
३. दिया सत्ताइयाँ ।
४. लाइसोल या किनाइल:— श्रीजार्जों या कटोरो इत्यादि को शुद्ध करने के लिये ।
५. दो गज सबसे सस्ता कलधुला कपड़ा पट्टी रखने के लिये ।

निम्न लिखित हिदायतें नर्म (ग्राम की स्त्री चिकित्सक) के लिये दी जाती हैं।

**लाइमोल का घोल बनाना:—**

१ या ६ बूंद लाइमोल को प्रत्येक दो छटाक गरम पानी में मिला दो। (अर्थात् एक चाय के कप भर पानी में)

**लाल दवा का घोल:—**

एक लोटे भर गरम पानी में एक या एक से अधिक कण डाल दो जब तक कि पानी का रंग हलके गुलाबी रंग का न हो जाय।

**बॉरिक का घोल:—**

बॉरिक एसिड पाउडर १० ग्रैन लो (अंगूठे और दो उंगलियों द्वारा) २ चुटकी भर और उसको १ छटाक गरम पानी में डाल दो, जब तक कि घुल न जाय।

**चिरायता का अर्क बनाना:—**

आधा तोला चिरायता लेकर छानटे छोटे टुकड़े कर डालो और उसका एक वर्तन में रखो। चार छटाक उबलता हुआ पानी उसमें डाल दो और बर्तन को ढांक दो। १५ मि।ट तक ऐसा ही रहने दो। जब गरम हो रहे तब एक स्वच्छ कपड़े से उसको निचोड़ो, आधा छटाक अर्क (काढ़ा) तीन या चार दफे दिन में दो।

**नियम:—**यह बेहतर होगा कि अर्क चिरायत रोज ताजा बनाया जाय।

### आई हुई आंखों का इलाज: —

रुई के उतने रंड जितने की आवश्यकता हो गरम बोरिक घोल में डालो, उनमें से एक गीला रंड चिमटी से निकालो और अपनी हथेली पर रखो और उसी से आंख को साफ करो। फिर पहिले की तरह चिमटी से दूसरा रंड निकालो और थर्क को आंख में निचोड़ दो और उसी रंड से आंख को फिर पोंछ दो।

### पीला मलहम आंख में लगाना: —

थोड़ासा मलहम अपने हाथ के अंगूठे के नाखून के सिरे पर ले लो नीचे की पलक को बाहर खींचो और उसके अंदरूनी भाग पर यह मलहम लगा दो। आंख बंद कर दो और आदिस्ता से उस पलक को आंख की पुतली पर रगड़ो।

### फुडियों का इलाज

साबुन और गरम लाल दवा के घोल से धोओ। यदि पपड़ी हो तो उसे अलग कर दो। फिर बोरिक मलहम को उस पर चुपट दो, फिर उस पर एक ठुका पट्टी का फैला दो और लपेट कर बांध दो।

### फोड़े का इलाज

गेहूं के आटे का पुल्टिस दिनभर में एक बार लगाओ जब तक कि फोड़ा फूट न जाय। तब गरम लाल दवा के घोल से धोओ। उस पर जस्ते का मलहम लगाओ। और उस पर पट्टी बांध दो।

### खुजली का इलाज

साबुन और बहुत गरम पानी से धोओ। पपड़ियों को अलग कर दो, एक एनेमेल के बर्तन में एक या दो छटाक गोल्डन लोशन डाल दो और इसमें उतना ही गरम पानी मिला दो। एक पट्टी

६ इंच लम्बी और ६ इंच चौड़ी इस मिश्रित घोल में डुबा दो और इस पट्टी से खुजली के स्थान को रगड़ो और बाद को सूख जाने दो ।

नोटः—मामूली तौर से तीन दिन का इलाज उन कीड़ा को मारने के लिये काफी है जिससे कि मर्ज पैदा होता है ।

मरीज के कपड़ों को रोजाना उयालकर धो डालना चाहिये । मलेरिया या फन्जियत के मरीजों को पहिले पटल एप्सम साल्ट देना चाहिये । नौजावन के लिये अर्थात् १४ साल से ऊपर की अवस्थावालों के लिये एक छटाक गरम पानी में पाव छटाक एप्सम साल्ट डालने से एक घुराक दवा बन जायगी । यह दवा प्रातःकाल देना चाहिये ।

नोटः—इस परिच्छेद को ध्यानपूर्वक पढ़ने से विदित होगा कि जो भी ग्रामीण नर्स का काम करने को तैयार हो वह नीचे लिखी हुई छोटी मोटी बीमारियों व तकलीफों को आसानी के साथ दूर कर सकती है ।

१. मुन्दी चोट, घाव, मोच, फोड़ा फुंसी, जलन इत्यादि इनके इलाज की विधि के लिये ४७ वां परिच्छेद देखो ।
२. आंख आना । इस के इलाज की विधिके लिये ३८ वां परिच्छेद देखो ।
३. घुखार । इस के लिये पहिले एप्सम साल्ट देकर फिर चिरायते का काढ़ा पिलाना चाहिये । जूड़ी घुस्तार के इलाज की विधि के लिये ३५ वां परिच्छेद देखो ।
४. खुजली, दाद व अन्य चर्म रोग । इन का इलाज इम परिच्छेद में बतलाई हुई विधि के अनुसार और परिच्छेद ४८ के नुस्खे नंबर १६ व १७ के मुताबिक होना चाहिये ।

लेकिन याद रहे कि जब तक नर्स इलाज की विधि ठीक तौर पर सीख न ले तब तक किसी का इलाज हाथ में न ले ।

## भाग चौथा

“अर्थ व्यवस्था और उद्योग”

परिच्छेद ५०

“दिग्दर्शन”

रेती के संबंध में “माली हैसियत” की सुधार करने के बारे में कई ऐसी बातें हैं जिनपर विचार करना लाजमी होता है, जैसे पूंजी का इकट्ठा करना, पैदावार का बढ़ाना व उसका दूसरे मुल्कों में बेचना व सरकारी रुपये के दूसरे देशों के सिक्कों के मुकामले में भाव का ज्ञान इत्यादि। परंतु इन विभाग में इन सबालों पर विचार करने का इरादा नहीं है, ये बातें अर्थशास्त्रियों के लिये हैं। गांव का चाशिम तो भिन्न यह जानना चाहता है कि उसकी रेती की क्रियाओं के लिये व शीघ्र जरूरियात के लिये पैसा कैसे इकट्ठा हो और उसके आमद और खर्च का पांसग कैसे बराबर हो। इस विभाग में चंद परिच्छेद सिर्फ यह बतलाने के लिये शामिल किये जायेंगे कि किसान अपने ऋज का बोझ किस तरह पटा सकता है। उसकी पहिली कोशिश तो यह होना चाहिये कि जहां तक बने ऋज से बचे और यदि इस ऋज लेने की जरूरत ही आपड़े तो उसे कम से कम व्याज पर ले। सरकार से या कोओपरेटिव्ह सोसाइटियों से ऋज लेने में अक्सर सुगमता होती है। लेकिन कितना ही कम व्याज की कर्ज क्यों न हो उसकी अदाई कदापि न हो सकेगी जबतक कि ऋज लेनेवाले की आमदनीमें बचत न हो; और बचत होने के लिये

उसे किरायात से रहना चाहिये और अपना खाली वक्त कोई घरेलू सहायक दस्तकारी में लगाकर कुछ पैसा कमाना चाहिये ।

इस मदके अंदर भी ग्रामोत्थान का काम करने वालों के लिये उपयोगी सेवा करने के लिये बड़ा मैदान है । नीचे कुछ कार्य चतलाये जाते हैं, जिनमें वे भाग ले सकते हैं ।

( १ ) कर्जों के कम करने या तारिक्या करने के लिये पंचायतों का संगठन करना ।

( २ ) किरायातशायरी करने के लिये, सस्ते व्याज पर कर्ज उठाने के लिये, शुद्ध बीज और खेती के औजार मोहैया करने के लिये, और सहयोगी विक्री का इंतजाम करने के लिये कोआपरेटिव्ह सोसायटियां बनाने में मदद करना ।

( ३ ) मौजूदा घरेलू दस्तकारियों की तरफ़ी करने में और नई नई दस्तकारियां शुरू करने में मदद देना ।

( ४ ) गांववालों को सहल सहल दस्तकारियां सीखने के रास्ते पर लगाना ।

( ५ ) गांव की पैदावार को सबसे ज्यादा मुनाफे पर बेचने का इंतजाम करना ।



## परिच्छेद ५१

### “ खेती की अर्थव्यवस्था ”

इस मुल्क में किसानों के पास अक्सर कम रकम के रेत होते हैं जिनकी तरक्की के लिये न तो वे कोई कीमती योजनाओं को अमल में लाते हैं और यदि लाना भी चाहें तो काफी इंतजाम न होने की वजह से मजबूर रहते हैं। और अक्सर तो सुधार करने की प्रबल इच्छा ही नहीं होती, जिसके कारण खास खेती के लिये उन्हें ज्यादा पूंजी की चाह नहीं होती। फिर भी पैस, बीज, औजार वगैरह खरीदने के लिये, घर के खर्च और उत्सवों के लिये पैसे की जरूरत होती है जो कि उन्हें ज्यादातर उधार लेना पड़ता है। तकावी के अलावा जिसे वे सरकार से ले सकते हैं, बाकी पैसा उन्हें गांव के साहूकार ही देते हैं। कुछ साल पीछे जब फसलों का भाव अच्छा था कारतकारों ने बड़ी बड़ी रकमें इस भारोसे पर उधार ले लीं कि वे उनकी खेती के मुनाफे से एक दो साल में अदा हो जावेंगी। लेकिन पिछले कुछ बरस में फसलें लगातार खराब हो जाती हैं और भाव भी बहुत मंदा हो गया है। नतीजा यह हुआ कि किसानों की अदाई होना मुश्किल हो गया और अर्ब कर्ज का बोझ इस कदर बढ़ गया है कि किसानों की अकल में नहीं आता कि उससे कैसे छुटकारा मिले। इस कर्ज के दबाव का उनके खेती पर भी अच्छा परिणाम नहीं होता। अबल तो व्याज की रकम खेती की आमदनी का बहुत बड़ा हिस्सा सोव लेता है जिससे जमीन की या गांव की तरक्की की बाढ़ में रुकावट होती है।

दूसरे मकरुज कारतकारों को अपनी फसल साहूकारों को बेचना पड़ती है जिससे उनके माल की बिक्री करने की स्वतंत्रता छिन जाती है। अंत में नतीजा यह होता है कि कर्जदार किसानों की सारी जायजाद धीरे धीरे निकल जाती है या वे अपनी ज़मीन से बेदखल कर दिये जाते हैं जिससे कि उनकी एक मात्र जीविका का साधन बंद हो जाता है। यदि इस परिणाम को न पहुँचे हों तो भी चित्त को शांति नहीं रहती। बहुधा वे अपने साहूकार के पंजे में रहते हैं और यदि साहूकार गांव का मालगुजार भी हो तब तो कर्जदार की हालत एक गुलाम की सी हो जाती है। किसानों के मकरुजपन को हटाने का सवाल सरकार और कई विचारवान पुरुषों के ध्यानाधीन बहुत दिनों से है और सब इम बात पर सहमत हैं कि बाहरी मदद के अलावा किसान को खुद भी इस 'घोम' से अपनी गर्दन निकालने का हट प्रयत्न करना चाहिये। उसे पहिले व्याज की दर कम करने की कोशिश करना चाहिये और फिर मूल को घटाने की। व्याज की दर अक्सर दो बातों पर मुन्हसर होती है, याने कर्ज लेने वाले की साख कितनी है और वह कर्ज की रक्षा के वास्ते कितनी ज़मानत दे सकता है। असल में ज़मानत से साख का ज्यादा महत्व है। यदि पहिले किसी कारतकार ने अपना वचन पूरा नहीं किया है या अदाई में शीर्ला हवाला किया है तो कोई उसे कर्ज देने को तैयार न होगा सिवाय ऐसे ऊँचे व्याज पर कि जिससे रकम डूब जाने की जोखिम भर जावे। यदि किसी किसान की ख़ाती साख ज्यादा नहीं है तो उसे अपनी जायजाद रहन करके कम व्याज का कर्ज लेना चाहिये और ऐसी रकम से ऊँचे व्याज वाले कर्ज को अदा कर देना चाहिये।

आजकल कर्ज के पूरे अदाई का भारोसा साहूकारों को भी

नहीं रहा है इस लिये यदि कोई कर्जदार अपने कर्ज को धोड़े काल के अन्दर पढ़ा देने की योजना निकाले तो साहूकार लोग तर्क दें कि अदाई का भरोसा हो, मूल को भी घटाने के लिये तैयार हो जाते हैं। यदि गांव के-सियानों-और सहकारियों की संचानव की जाय तो मामला आसानी से वै हो सकता है और छूट मिल सकती है। कई प्रांतों में सरकार ने कर्ज समझौता बोर्ड खोल दिये हैं अध्या-अधियों की भलाई के लिये पक्षान बना दिये हैं। इस लिये कर्ज माल को कम कराने का पूरा पूरा अवसर उठाना चाहिये।

परंतु कर्ज में छूट कितनी भी क्यों न की जावे जब तक कि कर्जदार किरायत से रहन सहन नहीं करेगा तब तक वह अपना कर्ज चुका नहीं सकेगा। इस लिये उसे चाहिये कि वह अपने कर्ज की किस्तों की अदाई के लिये अपने मुनाफे का कुछ भाग धार्मिक कर्तव्य समझकर अलग रख दिया करे और विवाह आदि इन्हों में बिखल खर्च करके सामाजिक रुढ़ी का दास न बने। उसे अपनी आय व्यय का हिसाब पढिते से बना लेना चाहिये और उसकी सख्त पालना करना चाहिये। जरूरत पड़ने पर उसे अपने कुछ आरामों का भी त्याग कर देना चाहिये और किस्तों को समय पर अदाई करके फिर से अपनी साख्त जमाना चाहिये। उसे अपने कर्ज के हिसाब पर कड़ी नजर रखना चाहिये। ये शिक्षा यों बहुत फैली हुई है कि साहूकार अक्सर अज्ञान अधियों को अदाई न पढ़ाकर या व्याज बढ़ाकर या दूसरी बेइमानियों से ठग लेते हैं। इस लिये अधियों को चाहिये कि ये धैर्य रखें, अपना हिसाब अच्छी तरह से समझ लिया करें और जो रकम दी जाये

उसकी रस्ती हमेशा हमिल कर लिया करे। मामूली गरीबों के लिये जितना हो सके कम कर लेवें। जमीन की तरफ की कृषि, बाँस के लिये या रेल खरीदने के लिये वह मन्ने व्याज पर सरकार से तरफ़ी ले सकने के, इस लिये जहाँ तक हो सके इन कामों के लिये साहूकारों से कर ले लिया जाये।



## परिच्छेद ५२

### "तकावी"

सरकार एग्रिकल्चरिस्ट्रस लोनस एक्ट ( किसानों के ऋजों का क़ानून ) या लैंड इम्प्रूव्हमेंट लोनस एक्ट ( ज़मीन की तरक्की के के लिये ऋजों का क़ानून ) के अनुसार ऋज देती है। पहिले एक्ट के अंदर मुख्यतः आपत्ति में सहायता मिलने के लिये या खेती के कामों का खर्च चलाने के लिये ऋज दिये जाते हैं। वे इस इरादे से नहीं दिये जाते कि साहूकार की जगह ले ली जाय या कि सस्ते भाव से लोन देन किया जावे। कठिन समयों पर वे इस् वारते दिये जाते हैं कि ज़मीन तैयार होठे तक या फ़सल आनेतक किसान तकावी के खरिये अपनी गुज़र कर सकें। फ़र्जे इस गरज से भी दिये जाते हैं कि किसान लोग सहायक धंधे कर सकें :— जैसे गुड़ बनाने, तेल पेरने, कंपास ओटने, धान कूटने या खेती से ठेठ संबन्ध रखनेवाले किसी क्रिस्म के दूसरे कामों के लिये छोटी छोटी कलों के खरीदने के लिये।

लैंड इम्प्रूव्हमेंट लोनस के अंदर दिये जानेवाले ऋजों का अभिप्राय यह है कि खेतों के सुधार में उत्तेजन हो, याने तकावी उन कार्यों के लिये दी जाती है जिन से ज़मीन ज्यादा उपजाऊ हो जावे या जिन से खेत मुस्तज़िल तौर पर अच्छे बन जावें।

इन दोनों प्रकार के ऋजों के बाँटते वक्त इस बात का खयाल किया जाता है कि बड़ी बड़ी रक़में चंद कारनकारों को न देकर सब

किसानों की ज़रूरतें थोड़ी थोड़ी पूरी हो जावें। इस लिये कोई भी किसान यह आशा नहीं कर सकता कि उसे इतनी ज्यादा रकम मिल जायगी जिससे वह सारे कर्ज को अदा कर सके। साधारणतः इन कर्जों के वसूली की क्रिस्तें इस विचार से बांधी जाती हैं कि कर्ज दी हुई रकम के इस्तेमाल से ज्योंही कारतकार को मुनाफा हो वह औरन क्रिस्त अदा कर दे। मसलन जो तक्रावी बीज, निदार्ह, ग्वाद बगैरह के लिये दी जाती है, उसकी वसूली की तारीख अगली क्रिस्त के साथ रखी जाती है। बैल खरीदने के लिये जो रुपया दिया जाता है उसकी वसूली करीब तीन साल में की जाती है। भौजार व कलें खरीदने के लिये कर्जों की वसूली खेती मुह-कमें की सिकारिश के अनुसार करीब पांच साल में की जाती है। पुरानी पड़ित जमीन उठाने के लिये कर्ज की वसूली करीब तीन साल में की जाती है और बांध बगैरह बनाने के लिये जो तक्रावी दी जाती है उसकी वसूली के लिये लम्बी क्रिस्तें मुक़रर की जाती हैं जो बीस साल तक फैलाई जा सकती हैं।

साधारणतः हर प्रांत में ब्याज की दर जुदा जुदा होती है, पर अक्सर रुपया पीछे एक साल में चार या पांच पैसा तक ब्याज लिया जाता है, परंतु शर्त यह रहती है कि यदि मूल या ब्याज की कोई क्रिस्त वक्त पर अदा न की जाय तो जिलाधीश वतौर जुर्माना के ब्याज की दर बढ़ा सकता है। तक्रावी लेने के लिये अर्बियां अपनी तहसील के तहसीलदार को घाला वाला दो जानत चाहिये; परंतु उन्हें पटवारी के मार्फत भेजना बेहतर होता है क्योंकि वह उनके साथ किसान की जमीन का ब्योरा नत्थी कर सकता है और यह भी देख लेता है कि अर्ज में सब ज़रूरी बातें आ गई या नहीं।

वाज बौरह के लिये कर्ज कई उधार लेने वाले कारतकारों की शामिल शरीक जमानत पर दिया जाता है और जमीन की तरकी जाती कर्ज, जमीन की जमानत पर। सब सरकारी कर्ज इस जरूरी शर्त पर दिये जाते हैं कि रकम उनी काम में खर्च की जाये जिसके लिये वह उधार ली गई हो। यदि उस रकम के किसी भी हिस्से का दुरुपयोग किया जाय तो पूरी रकम मय व्याज व खर्च के फौरन सरकारी जमा की बाकी की बतौर वसूल की जा सकती है। पटवारी और निगरानी करनेवाले अफसरों को देखना पड़ता है कि ये रकम ठीक ठीक तरह खर्च की गई या नहीं और यदि उनका दुरुपयोग हुआ तो उसकी उन्हें रिपोर्ट करना पड़ती है।

किसान लोग अपने कर्ज के व्याज को आसानी से जोड़ सकें या जाँच कर सकें इस वास्ते तीन नये इस परिच्छेद के साथ नयी किये जाते हैं।



तंकावी कर्ज पर एक आना प्रति फी वर्ष या ६॥ रु. प्रति सैकेडा प्रति वर्ष के हिसाब से व्याजः—

मूलधन	१ सहिनोमें	२ सहिनोमें	३ सहिनोमें	४ सहिनोमें	५ सहिनोमें	६ सहिनोमें
	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.
१	० ८ ०	१ ० ८ ०	२ ० ८ ०	३ ० ८ ०	४ ० ८ ०	५ ० ८ ०
२	० ८ ०	२ ० ८ ०	४ ० ८ ०	६ ० ८ ०	८ ० ८ ०	१० ० ८ ०
३	० ८ ०	३ ० ८ ०	६ ० ८ ०	८ ० ८ ०	१० ० ८ ०	१२ ० ८ ०
४	० ८ ०	४ ० ८ ०	८ ० ८ ०	१० ० ८ ०	१२ ० ८ ०	१४ ० ८ ०
५	० ८ ०	५ ० ८ ०	१० ० ८ ०	१२ ० ८ ०	१४ ० ८ ०	१६ ० ८ ०
६	० ८ ०	६ ० ८ ०	१२ ० ८ ०	१४ ० ८ ०	१६ ० ८ ०	१८ ० ८ ०
७	० ८ ०	७ ० ८ ०	१४ ० ८ ०	१६ ० ८ ०	१८ ० ८ ०	२० ० ८ ०
८	० ८ ०	८ ० ८ ०	१६ ० ८ ०	१८ ० ८ ०	२० ० ८ ०	२२ ० ८ ०
९	० ८ ०	९ ० ८ ०	१८ ० ८ ०	२० ० ८ ०	२२ ० ८ ०	२४ ० ८ ०
१०	० ८ ०	१० ० ८ ०	२० ० ८ ०	२२ ० ८ ०	२४ ० ८ ०	२६ ० ८ ०
२०	० ८ ०	२० ० ८ ०	४० ० ८ ०	४२ ० ८ ०	४४ ० ८ ०	४६ ० ८ ०
३०	० ८ ०	३० ० ८ ०	६० ० ८ ०	६२ ० ८ ०	६४ ० ८ ०	६६ ० ८ ०
४०	० ८ ०	४० ० ८ ०	८० ० ८ ०	८२ ० ८ ०	८४ ० ८ ०	८६ ० ८ ०
५०	० ८ ०	५० ० ८ ०	१०० ० ८ ०	१०२ ० ८ ०	१०४ ० ८ ०	१०६ ० ८ ०
६०	० ८ ०	६० ० ८ ०	१२० ० ८ ०	१२२ ० ८ ०	१२४ ० ८ ०	१२६ ० ८ ०
७०	० ८ ०	७० ० ८ ०	१४० ० ८ ०	१४२ ० ८ ०	१४४ ० ८ ०	१४६ ० ८ ०
८०	० ८ ०	८० ० ८ ०	१६० ० ८ ०	१६२ ० ८ ०	१६४ ० ८ ०	१६६ ० ८ ०
९०	० ८ ०	९० ० ८ ०	१८० ० ८ ०	१८२ ० ८ ०	१८४ ० ८ ०	१८६ ० ८ ०
१००	० ८ ०	१०० ० ८ ०	२०० ० ८ ०	२०२ ० ८ ०	२०४ ० ८ ०	२०६ ० ८ ०
२००	१ ० ८	२०८ ० ८	४०८ ० ८	४१० ० ८	४१२ ० ८	४१४ ० ८
३००	१ ० ८	३०८ ० ८	६०८ ० ८	६१० ० ८	६१२ ० ८	६१४ ० ८
४००	२ ० ८	४०८ ० ८	८०८ ० ८	८१० ० ८	८१२ ० ८	८१४ ० ८
५००	२ ० ८	५०८ ० ८	१००८ ० ८	१०१० ० ८	१०१२ ० ८	१०१४ ० ८
१०००	४ ० ८	४१० ० ८	८१० ० ८	८१२ ० ८	८१४ ० ८	८१६ ० ८

तकावी कर्च पर एक छाना खीन पाई प्रति रू० सात्ताना की  
दर से व्याजः—

मूलधन	१ महिनामें	२ महिनामें	३ महिनामें	४ महिनामें	५ महिनामें	६ महिनामें
	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.	रु. आ. पा.
१	० ० १॥	० ० ३॥	० ० ३॥	० ० ३॥	० ० ३॥	० ० ३॥
२	० ० २॥	० ० ६॥	० ० ६॥	० ० ६॥	० ० ६॥	० ० ६॥
३	० ० ३॥	० ० ९॥	० ० ९॥	० ० ९॥	० ० ९॥	० ० ९॥
४	० ० ४॥	० ० १०॥	० ० १०॥	० ० १०॥	० ० १०॥	० ० १०॥
५	० ० ५॥	० ० ११॥	० ० ११॥	० ० ११॥	० ० ११॥	० ० ११॥
६	० ० ६॥	० ० १२॥	० ० १२॥	० ० १२॥	० ० १२॥	० ० १२॥
७	० ० ७॥	० ० १३॥	० ० १३॥	० ० १३॥	० ० १३॥	० ० १३॥
८	० ० ८॥	० ० १४॥	० ० १४॥	० ० १४॥	० ० १४॥	० ० १४॥
९	० ० ९॥	० ० १५॥	० ० १५॥	० ० १५॥	० ० १५॥	० ० १५॥
१०	० ० १०॥	० ० १६॥	० ० १६॥	० ० १६॥	० ० १६॥	० ० १६॥
११	० ० ११॥	० ० १७॥	० ० १७॥	० ० १७॥	० ० १७॥	० ० १७॥
१२	० ० १२॥	० ० १८॥	० ० १८॥	० ० १८॥	० ० १८॥	० ० १८॥
१३	० ० १३॥	० ० १९॥	० ० १९॥	० ० १९॥	० ० १९॥	० ० १९॥
१४	० ० १४॥	० ० २०॥	० ० २०॥	० ० २०॥	० ० २०॥	० ० २०॥
१५	० ० १५॥	० ० २१॥	० ० २१॥	० ० २१॥	० ० २१॥	० ० २१॥
१६	० ० १६॥	० ० २२॥	० ० २२॥	० ० २२॥	० ० २२॥	० ० २२॥
१७	० ० १७॥	० ० २३॥	० ० २३॥	० ० २३॥	० ० २३॥	० ० २३॥
१८	० ० १८॥	० ० २४॥	० ० २४॥	० ० २४॥	० ० २४॥	० ० २४॥
१९	० ० १९॥	० ० २५॥	० ० २५॥	० ० २५॥	० ० २५॥	० ० २५॥
२०	० ० २०॥	० ० २६॥	० ० २६॥	० ० २६॥	० ० २६॥	० ० २६॥
२१	० ० २१॥	० ० २७॥	० ० २७॥	० ० २७॥	० ० २७॥	० ० २७॥
२२	० ० २२॥	० ० २८॥	० ० २८॥	० ० २८॥	० ० २८॥	० ० २८॥
२३	० ० २३॥	० ० २९॥	० ० २९॥	० ० २९॥	० ० २९॥	० ० २९॥
२४	० ० २४॥	० ० ३०॥	० ० ३०॥	० ० ३०॥	० ० ३०॥	० ० ३०॥
२५	० ० २५॥	० ० ३१॥	० ० ३१॥	० ० ३१॥	० ० ३१॥	० ० ३१॥
२६	० ० २६॥	० ० ३२॥	० ० ३२॥	० ० ३२॥	० ० ३२॥	० ० ३२॥
२७	० ० २७॥	० ० ३३॥	० ० ३३॥	० ० ३३॥	० ० ३३॥	० ० ३३॥
२८	० ० २८॥	० ० ३४॥	० ० ३४॥	० ० ३४॥	० ० ३४॥	० ० ३४॥
२९	० ० २९॥	० ० ३५॥	० ० ३५॥	० ० ३५॥	० ० ३५॥	० ० ३५॥
३०	० ० ३०॥	० ० ३६॥	० ० ३६॥	० ० ३६॥	० ० ३६॥	० ० ३६॥

सौ रुपये पर कई दरा स न्याय :-

विन भीर महीने	३ रु. सिकड़ा साखाना या (1) आ. महीना	४॥ सिकड़ा साखाना या (2) महीना	६ सिकड़ा साखाना या (1) महीना	६॥ सिकड़ा साखाना या (2) महीना	७॥ सिकड़ा साखाना या (2) महीना	९ सिकड़ा साखाना या (3) महीना	१२ सिकड़ा साखाना या (१) महीना
१	०	०	०	०	०	०	०
२	०	०	०	०	०	०	०
३	०	०	०	०	०	०	०
४	०	०	०	०	०	०	०
५	०	०	०	०	०	०	०
६	०	०	०	०	०	०	०
७	०	०	०	०	०	०	०
८	०	०	०	०	०	०	०
९	०	०	०	०	०	०	०
१०	०	०	०	०	०	०	०
११	०	०	०	०	०	०	०
१२	०	०	०	०	०	०	०
१३	०	०	०	०	०	०	०
१४	०	०	०	०	०	०	०
१५	०	०	०	०	०	०	०
१६	०	०	०	०	०	०	०
१७	०	०	०	०	०	०	०
१८	०	०	०	०	०	०	०
१९	०	०	०	०	०	०	०
२०	०	०	०	०	०	०	०
२१	०	०	०	०	०	०	०
२२	०	०	०	०	०	०	०
२३	०	०	०	०	०	०	०
२४	०	०	०	०	०	०	०
२५	०	०	०	०	०	०	०
२६	०	०	०	०	०	०	०
२७	०	०	०	०	०	०	०
२८	०	०	०	०	०	०	०
२९	०	०	०	०	०	०	०
३०	०	०	०	०	०	०	०

## परिच्छेद ५३

“ सहयोग ”

दूसरे स्थान में यह बतलाया जा चुका है कि इस दूसरे स्थान की हालत पिछड़ी हुई है और कई कारणों से, किसानों पर कर्ज इतना ज्यादा हो गया है कि जिससे उनकी वाद मारी जा रही है। यह भी सब लोग मानते हैं कि उनकी दशा में द्रवति होने के लिये दो बातें निहायत जरूरी हैं। एक तो यह कि मामीय अर्थ व्यवस्था के लिये एक ऐसी योजना तैयार की जाये जिससे कि किसान को अपना कर्ज पटाने के लिये और खेती का खर्च चलाने के लिये सस्ते व्याज पर पैसा मिल सके, और दूसरी यह कि ऐसी हिक्मते लगाई जाये कि जिससे वह अपनी जमीन से आज की बनिस्बत ज्यादा पैदा कर सके। इस दूसरे विषय में सरकारी खेती का मुहकमा यथोचित शिक्षा दे रहा है जैसा कि इस पुस्तक के प्रथम भाग में दर्शाया गया है। परंतु जब तक किसानों को पूंजी इकट्ठा करने की सुगमता नहीं होगी उसकी खेती में सुधार होना मुश्किल है, क्योंकि पैसा बगैर कोई साधन ठीक नहीं जतरता। यदि किसान की जमीन ठीक तौर पर नहीं बनी है तो उसे तैयार करने के लिये पैसा चाहिये और यदि जमीन तैयार है तो भी उसमें ऊँचे प्रकार की खेती करने के लिये पैसा चाहिये। मुश्किल यह है कि अकेले “कारतकार” की “सास” ज्यादा नहीं होती और साह-कार को ज्यादा जोखिम होने के कारण वह सिर्फ मंहगे व्याज पर ही पैसा दे सकता है। इसके अलावा पैसे की

मनमाना मुगमता होता भी खतरनाक अन्ध है जो अनाई के हाथ में देने में उसका सर्वनाश कर सकता है। मुलमतों के दुर्दशागों के लागों काहरण मौजूद है। कई कागदकार लोगों ने अपनी मान्य गहन रक्तक उमरों और हीमर काबों के लिए भागी भागी बने उठा लिये हैं और अब इन के पाम कोई ऐसी चीज नहीं बची जिसके भरोसे वे अपनी गरीबी के मरने के लिए पैसा इकट्ठा कर सकें। किसी महाशय का मतब कबन है कि अकेले एक कागदकार को मुनमाना मुलमत मिलना मरामे खतरनाक है और वही मुलमत अगर समूह के कई लोगों के साथ मिले जिसमें कि उनके इम्मान में सर्वकी नेक सलाह और निगरानी हो तो लाभकारी और ज्ञान बढ़ानेवाली होती है। गुरु कि महयोगी मुलमत ही की आजकल आवश्यकता है। कोआपरेटिव मोसाइटीज यानी महयोग समाजों से यही नानुदिक मुलमतों का प्रबंध होता है। सब प्रकार की सहयोगी मान्य का मूल सिद्धान्त यही है क्यों कि यदि कुछ लोगों को समूह मिलकर शामिल शरीक जमानने देना उनके बल पर उनके दुर्दशागों की अपना उपाय मन्त्र ज्ञात्र पर रक्षित मिले सकेंगे। परन्तु सहयोगी मान्य और मानुषिक मान्य में बहुत फर्क होता है। सहयोग के मान्य ये हैं कि सब भले और ईमानदार आत्मा मिलकर एक ऐसा संगठन कार्य कर जिसमें एक दूसरे के कामोंकी निरु निगरानी हो न हो बल्कि आपुनी मदद देकर सब का जुड़ा जुड़ा व एकत्रित लाभ हो। इस में जाहिर होगा कि हालांकि किसी को-आपरेटिव मोसाइटीज का उद्देश निरु क्रिया निकालना ही क्यों न हो तो भी उस में और शामिल शरीक जिम्मेदारी पर तकायी लेने वालों के सिद्धान्तों में फर्क है। महयोगी समाज बनाने में मुख्य विचार यह रहता है कि उनके सदस्य एक दूसरे को महारा

देवें और कमखर्ची व स्वसहाय की उन्नति करके, कर्जदार, सदस्यों को कर्ज के बोझ से जल्द मुक्ति करें। वरअक्स इस के मामूली शामिल शरीक कर्ज के लेन-देन में साहूकार को इस से कोई वास्ता नहीं होता कि कर्ज की रकम का सदुपयोग हुआ या नहीं। बल्कि उसे जबतक ब्याज समय पर मिलता जाता है और मौजूदा जमानत में कोई शरक नहीं पड़ता तबतक उसे कर्जों वसूल करने की कोई उजलत नहीं होती। सहयोगी कर्ज में बैंक को देखना पड़ता है कि, रकम उपजाऊ काम में खर्च की जावे और अण का चुकता ठीक समय पर हो। दुर्भाग्य से पिछले दिनों में कई सहयोगी सभायें बनाते समय ऊपर लिखे हुये सिद्धांतों पर ध्यान नहीं दिया गया। इसका नतीजा यह हुआ कि इस कोआपरेटिव्ह मोडकमें के सुलने से देहातियों का पैसा फायदा नहीं हुआ जैसे पहिले इस्मीद की गई थी। थोड़े काल से सरकारने बैंकों और सुसाइतियों पर ज्यादा देव रेख करना शुरू किया है और कोई बजह नहीं है कि अब अच्छी तरह सहयोगी सभाओं को बनाने के सचे प्रयत्न में सफलता न मिले। सच पूछो तो कुछ काल पहिले की परिस्थिती से आज की परिस्थिती ज्यादा अनुकूल है। लोगों के सामने पिछली असफलताओं के सबक मौजूद हैं। कई स्थानों में सरकार ने समझौता मोई खोल रखे हैं। जिनके द्वारा कर्ज का बोझ घटाकर सहनेलायक किया जा रहा है और लैंड मारगेज (रहेन जमीन) बैंक खोले जा रहे हैं जिनके द्वारा कम किये हुये कर्ज का प्रबंध हो जाता है। यदि इन जरियों से मानूदा कर्ज का बोझ हल्का हो जाये तो अणियों को चाहिये कि वे प्राथमिक सभायें आयम करके अपना उद्धार करें। ये सभायें शुरू में भले ही कर्ज लेने के लिये बनाई जावे, परंतु अंतका मुख्य भ्येय यह होता चाहिये कि कर्जदारों को किरायात-धायरी

का सबक सिखावें । सहयोगी सभायें कई प्रकार की होती हैं, जैसे ऋण विषयक और अऋण विषयक, कृषिविषयक और अकृषि-विषयक, पैदावार और बिक्री से संबंध रखनेवाली, खरीद फरोख्त से संबंध रखने वाली, इत्यादि । हर प्रांत में कोऑपरेटिव्ह सोसाइटीयों के रजिस्ट्रारों ने सहयोगी सभाओं के बनाने और चलाने के विषय में नियम और उपनियम बनाये हैं और ये नियम कोऑपरेटिव्ह (सहयोगी) मुहकमों के किसी भी अपसर या बाला बाला रजिस्ट्रार से मिल सकते हैं इस लिये इस अध्याय में हर प्रकार की सभा के कार्य के सिद्धांतों को बताने का प्रयत्न नहीं किया गया । यदि ग़रबमंद लोग मुहकमों के अपसरों से अपनी जरूरतों पर बातचीत करें तो वे उन्हें बतला देंगे कि किस प्रकार की सभासे उनका काम निकल सकेगा । यहां इतना कह देना काफी होगा कि सच्चा सहयोग एक बेराकीमती चीज़ है जिससे जनता को बहुत लाभ हो सकता है । क्योंकि इसमें शक नहीं कि कई आदमी इकट्ठे होकर जिस काम को करेंगे उसमें सफलता अवश्य होगी और किसानों की खेती, गेज़गार को जीवन की बेहतरी का तो वह एक आसान तरीका है ।



## परिच्छेद ५४

“देशी दस्तकारों और धंधे”

कहा जाता है कि पुराने जमाने में भारतवर्ष दस्तकारियों में बहुत बढ़ा बढ़ा था च अपने-काथिंगों की आवलियत के लिये प्रसिद्ध था। परंतु ग्यारहवीं सदी के बाद जो हमें मुल्क नम भिदेशियों के हमले हुये बनते हैं और यहाँ के उद्योग धंधों को बहुत नुकसान पहुँचा और पश्चिमी देशों में कलों का प्रचार होने लगा और भी धका लगाने के द्वारा बने हुये माल का मुकाबला होना पड़ा। ईसाई धर्म के लोग सफाई के कामों में कारीगरों को खास तौर से धोखा पहुँचा। मसलत मरीने से बना हुआ सुन सफाई होने की वजह से मूल्य घटने की प्रथा की वजह से काला बिक्री हो गई और चमड़ा का इस्तेमाल कम हो गया। मशीन के तेल के उपयोग के कारण देशी तेल की माँगों का घटना कम हो गया। विदेशी रसायनिक रंगों के यहां आने से देशी रंगों का इस्तेमाल करीब करीब बंद हो हो गया। देहाती चमड़ा पकाने वालों की ज्यादा माँग नहीं रही क्योंकि विदेश के पड़े हुये चमड़े अच्छे और सस्ते होते हैं। विदेशी इस्तेमाल और एन्जुमिनियम के वर्तन, ताँबे और पीतल के वर्तनों का खोना ले रहे हैं आर लोहे के हल और दूसरे औजारों के बढते हुये प्रचार से गाँव के लुहारों और बढ़ईयों के रोजगार में धका पहुँचा। इस तरह समष्टी रूप से गाँव के बहुतसे धंधे बेजान हो गये। बहुतसे कारीगर लोग बिचारे अपने धंधों को छोड़ कर मजदूरी करने पर मजबूर हो

गये हैं। इनमें शक नहीं कि इनमें—से थोड़े भाग्यवान् व्यक्तियों ने शहरो में जाकर अपनी जीविका सुधार ली है, परन्तु उन लोगों की हालत शोचनीय है जो कि अपने, खानदानी पेशे को पकड़े हुये गांव में बैठे हैं। हाल की व्यापारिक मंदी ने कारीगरों की स्थिति और भी खराब कर दी है यहां तक कि सरकार और अर्थशास्त्रवेत्ता दोनों इस विचार में लगे हुये हैं कि गांव में रहने वालों को उबारने के लिये कड़ा प्रयत्न किया जावे। सर्व सम्मति यह है कि जैसे रेलों में सुधार करना बांझनीय है वैसे ही ग्रामों के उद्योगों को फिर से जिलाने के लिये कुछ खटपट करना जरूरी है। इस विषय में पहिली बात यह है कि यदि किसान अपना काशिल समय को काम करने में खर्च करे तो वह अपनी हालत खराब सुधार सकता है काशिल समय कितना निकलता है यह स्थान-स्थान की प्रेती पर अवलंबित है, परन्तु अंदाज लगाया गया है कि मोटे हिसाब से—यहुतेक किसानों को साल में कम से कम छे चार महीने बिल्कुल कुरसत रहती है सवाल यह है कि ग्रामिक इस खाली समय का सबसे अच्छा उपयोग कैसा करें। इस विषय में गांव के धनी-मानी पुरुषों को विचार करना चाहिये कि कोई नया उद्योग शुरू करने की या मौजूदा उद्योगों को पुष्ट करने की गुंजायश है या नहीं। मुमकिन है कि कोई यह सवाल पूछे कि क्या आजकल के मशीन द्वारा सस्ती चीजों के बनावे जानेवाले युग में घरेलू उद्योगों को सफलता मिलाने की उम्मेद हो सकती है ? इसका जवाब यह है कि अगर इंग्लैंड, जर्मनी, जापान, इत्यादि उद्योगोन्नत देशों में बड़े बड़े कारखानों के होते हुये भी घरेलू उद्योग पतन रहे हैं तो कोई बजह नहीं कि भारतवर्ष में जो कि हमेशा से व्यक्ति संपादित अथवा कुटुम्ब, संपादित घरेलू उद्योगों को देर रहा

है, घरेलू उद्योगों का भविष्य अचंदा न हो। जरूरत सिर्फ यह है कि शुरू किये जाने वाले धंधों का चुनाव होशियारी से होना चाहिये और कोई नये धंधे के शुरु करने के पहिले जिन बातों पर ध्यान देना चाहिये उनमें से कुछ नीचे लिखा जाती हैं:—

(क) नये उद्योग में जिन जिन कच्चे मसालों की जरूरत हो वे उस स्थान में बहुतायत से और सस्ते दाम पर मिलना चाहिये।

(ख) स्थानीय उद्योग ऐसे चुने जावें कि जिन से बने हुए माल बड़े बड़े कारखानों में कच्चे मसाले के रूप में काम आवें: जैसे देहाती पकामे दूध चमड़े, चमड़े के कारखानों में काम में लाये जा सकते हैं, देहाती आँटा हुआ अलसी का तेल पेंट और वार्निश के काम आ सकते हैं और कूटा हुआ हरी रंग के कारखानों में काम आता है। अथवा स्थानीय उद्योगों का बना हुआ माल कोई स्थान की चीज होवे, जैसे मुर्गीखाने के पदार्थ, चटनियों, शर्वत, पापड़, इत्यादि। शरज के देहाती उद्योग द्वारा पैदा किये हुये माल की मांग बड़े मिर्कदार में हमेशा होता चाहिये।

(ग) माल ऐसा हो जो कि छोटे पैमाने पर बगैर कामती मशीनें बैठाये हुए तैयार किया जा सके।

(घ) माल के लिये मांग उसी स्थान में या नज्दीक के स्थानों में हो, जिससे ढाँने और बाजार ले जाने का संकलन न पैदा होवे।

( ४ ) माल का बाजार नरुद होवे जिससे कि उधारी में लागत बहुत समय तक फँसी न रहे ।

ऊपर बतलाई हुई परखों के अनुसार जिन उद्योगों से कायदे की उम्मीद की जा सकती है वे ये हैं:—खेती के औजारों का बनाना, हाथ करघों पर बुनना, छोट छापना, निवाड़ और रस्मी बनाना, दरी और कालीन बनाना, खाल पकाना व चमड़े की चीजें बनाना, माँबुन बनाना, मिट्टी के बर्तन बनाना, तेल पेरना, लाख बनाना, खिलौने बनाना, छाते बनाना, मुर्गियाँ पालना इत्यादि । इन धंधों में बने हुये माल की मांग अवश्य है, परंतु ध्यान रहे कि इनमें भी सफलता प्राप्त करने के लिये पूँजी, तजुबा और संगठन की जरूरत होती है । इनमें से यदि काम करने वाले की साख है और धंधे में सफलता की उम्मीद है तो पूँजी इकट्ठा होने में देर नहीं लगती और गांववालों में व्यापार बुद्धि और संगठन शक्ति काफी होती है । कठिनाई है तो सिर्फ नये धंधों की विधि सीखने की और उन के बारे में तजुबा हासिल करने की । सो यह कठिनाई भी ऐसी नहीं है कि जो कायू में न लाई जा सके । इस बारे में कई जगह सरकारने कई धंधों के सिपान का प्रबंध किया है और कई कारखाने खोलों से इंतजाम किया है कि सरकार के भेजे हुये आदमियों को काम बतलाया जाये । सरकार और भी कई किस्मों की सहूलियतें देने को तैयार है । यदि इन सुविधाओं से लाभ उठाया जाय तो देहातवालों का बहुत फायदा हो सकता है । इस विषय में अपने अपने प्रांत के “ डाइरेक्टर आफ इंडस्ट्रीज ” से पत्र व्यवहार करने से इन सहूलियतों का ब्योरा मालूम हो जायगा और इतना ही नहीं बल्कि एक अक्सर मौके पर जावेगा और मनोनीत उद्योग के संगठन में मदद करेगा । आगे के सर्किल में चंद मामूली उद्योगों में सुधार करने के बारे में सलाह दी जायगी ।

## परिच्छेद ५६ "दरी और कालीन बुनना"

दरी बुनने का काम सयुक्त प्रांत और पंजाब में बड़े पैमाने पर होता है और दूसरे प्रांतों में भी कई केंद्रों में काफी बड़े कारखाने हैं। धाना का मूल ज्यादातर गेहूँ और तीन नम्बर का होता है और रेशा कपास का बना हुआ होता है और ताने का मूल छ में घोल नम्बर तक के तीन तागों का पोटर कर तैयार किया जाता है। दरी बुनने के काम में चतुर कारीगर आमाणी कामें तैयार होना सकता है। सरकार कारीगरो को मालाह में मदद देने को तैयार है। मुख्य चरत यह है कि अच्छा पैमाना लगाकर और रंगने की अच्छी विधियें इस्तेमाल करके स्थानीय माल की उत्तमता को बढ़ाया जाय। मस्ते बाजार रंगों के नाममक इस्तेमाल में मनोरंजन करों की सुदृढ़ता का नारा कर दिया है। बुनमयियों के अके और लागू के रंगों का इस्तेमाल करना ज्यादा अच्छा होता है। घरों टिकनेवाली दरियों में पक्ष और मौजू रंग देने की जरूरत पर जितनी धीरे दिया जाय उतना ही है। सुधरी हुई फ्लोई शटल से इस्तेमाल करने में दरिया बनेने की लागत का खर्च बहुत बढ़ाया जा सकता है। कालीन बनाने में ऊन के फंड बनाने के लिये और उन्हें ताने में बुन देने के लिये हुकदार सूत का इस्तेमाल करने में बहुत सी महत्त्व वच जाता है। चाकान छद्मवाली खास किम्मे को कपड़े की जाला पर हुकदार सूत से बुने के छोट छोट धुम्मे और आमने मुनो के भी बनाने जा सकते हैं। इन्हीं किम्मे का काम आसत दर्जे का ईशायार आदमी घर बैठ बना सकता है और इस धंधे में शुरू में लगनेवाली लागत के २०) से अधिक नहीं होता।


# “ निवाड और रस्ती बनाना ”

इन दोनों धंधों में उन्नति करने की बहुत गुंजाइश है। निवाड के लिये मांग अच्छी है और पुतलीघरों का मुकाबला भी नहीं है। परंतु निवाड बुनने को मुनाफेदार धंधा बनाने के लिये सुधरे हुए औजारों का इस्तेमाल करना लाजमी है। सरकार ने निवाड बनाने के लिये दो प्रकार के नये स्लो (सांचे) प्रचलित किये हैं जिनसे छे छे निवाड एक साथ बुनी जा सकती हैं। इनमें से छोटा सांचा, सांचा है; उसका दाम, सिर्फ २५ रु० है। निवाड बनाने का काम ज्यादा मेहनत चलव नहीं होता और आसानी से सीखा जा सकता है। कपास के पुतलीघरों के पास रहनेवाले लोग उनसे रई सूत खरीद सकते हैं; और उससे सस्ती निवाड तैयार कर सकते हैं।

देहातों में रस्ती बनाने का काम सिर्फ घर पर जरूरत पूरी करने के लिये या अक्सर कुसत का बस्त काटने के लिये किया जाता है। नतीजा यह है कि हिंदुस्थान को जितनी रस्ती की जरूरत पड़ती है उसका करीब आधा हिस्सा बाहर देश से आता है। कई प्रांतों में भिन्न भिन्न प्रकार के रेशे जैसे कपास, अंबाडी, सन, बबेर और दूसरी घास बहुतोत से होती हैं और कोई बजह नहीं है कि रस्ती बुनने के धंधे में उन्नति न की जाय। सरकार ने नए प्रकार की फिरकियां (२) रु० दाम पर और रस्ती बाँटने की मशीनें (२५) रु० दाम पर प्रचलित की हैं। इनको मोल लेकर रस्ती बनाने के काम में उन्नति करना चाहिये।

परिच्छेद ' ५८

“खाल पकाना और चमड़े की चीज़ें बनाना.”-

$\delta = 11$      $V_{\text{eff}}^{\text{I}}$     I    

कई प्रान्तों में हाथ बुनाई के धंधे के बाढ़ दूसरों नम्बर चमड़े के रोजगार का है। इस रोजगार में चमड़ा पकाना, उसको मुकम्मिल करने और उससे जूते, मोट, इत्यादि चीजें बनाना शामिल है। बहुतसे गांवों में वहाँ के चमार खुद चमड़े पकाकर गांव के इस्तेमाल के लायक चीजें तैयार करते हैं लेकिन खेद की बात है कि स्थानीय चमड़े के काम करनेवालों की संख्या धीरे धीरे घटती जा रही है। असलियत यह है कि जूते, तोयड़े, जिन, रस्ती, मोट इत्यादि औसत गांव की जरूरतों को धोड़ि से ही चमार आसानी से पूरा कर देने हैं और बाकी के चमार सिर्फ चमड़ा पकाने के रोजगार से अपना पेट नहीं भर सकते क्योंकि उन्हें खाल चिल्लर खरीदना पड़ती है और वे दूसरी ज़ौमों के थोक व्यापारियों का मुकामला नहीं कर सकते। इसके अलावा देहात की पकाई हुई खालें उत्तम दर्जे की नहीं होती। उसका नतीजा यह है कि मद्रास, कानपूर आदि शहरों से बहुतसा चमड़ा खरीदकर देहातों में भेजा जाता है।

चमारों और सटीकों के उद्धार के लिये यह बहुत जरूरी है कि उन्हें खाल साँचने और सुखाने की नई से नई तरीक़ों सिखाई जावें। खाल दो प्रकार की होती हैं, हल्की और भारी। भारी क्रिस्म में भैसों और बैलों की खाल आती है और हल्की में भेड़ बकरी, हिरन और मामूली जंगली जन्तुओं की। भारी खालों को

## परिच्छेद ५९

### मिट्टी के बर्तनों बनाना

कोय, चीनी मिट्टी और एल्यूमिनियम के बर्तनों के इस्तेमाल के बंद होने से मिट्टी के बर्तनों की उपयोगिता, न्यासकर शहरों में, बहुत घट गई है। मरतु देहात में अभी भी पानी, गंगा धौरह रखने के लिये मिट्टी के बर्तनों की मांग अधिक है। उत्तर हिंदुस्थान में मिट्टी के बर्तन बेल बूटों से सजाये जाते हैं और कभी कभी उनपर पालिश रहता है जिससे उनमें पानी और तेल नहीं भिदता। मध्य प्रदेश में मिट्टी के बर्तन बहुधा सादे होते हैं क्योंकि यहाँ की मिट्टी कुम्हार के चाक के लिये ज्यादा अच्छी नहीं होती।

मिट्टी के बर्तनों के उत्तोग में आसानी से उलझती की जा सकती है। सबसे पहिली जरूरत यह है कि हाथ से चलाये जाने वाले सादे चाक के बर्तन में पैर से चलाया जानेवाला सुधार हुआ चाक इस्तेमाल किया जावे। मौजूदा चाक में कुम्हार का ज्यादा बल उस को बांस की लकड़ी द्वारा चलाते रहने में ही खर्च हो जाता है, फिर भी बर्तन पूरा होने के पहिले ही वह अक्सर रुक जाता है। पैर से चलाये जानेवाले चाक के साथ कुम्हार अपना सारा समय और ध्यान बर्तन को रूप प्रदान करने में लगा सकता है। ऐसे चके की कीमत ज्यादा नहीं होती और यदि कुम्हार उसे मेज पर नहीं लगाना चाहता तो वह जमीन की उंचाई पर ही जमाया जा सकता है, या एक गड़्ढा खोदकर किया जा सकता है जैसा कि

## परिच्छेद ६०

### सावुन बनाना

सावुन बनाने की क्रिया ने हाल के वर्षों में बहुत कुछ तरकीब हासिल की है और हिंदुस्थान के बने हुये नहाने के सावुन विदेशी माल की जगह ले रहे हैं। बहुतसे स्थानों में घरेलू धंधे के रूप में भी सावुन बनाने का काम होता है परंतु यहां सस्ते कपड़ा धोने वाले सावुन ही बनाये जाते हैं। सभ्यता की प्रगति के साथ साथ सावुन का उपयोग भी तेजी से बढ़ता जा रहा है और इस उद्योग में तरकीब करने की बहुत गुंजाइश है। उचित रूपसे संगठित किये जाने पर इसमें मुनाफा भी माकूल होता है। यदि किसी बड़ते हुये शहर में यह उद्योग शुरू किया जाय तो (१००) रु. की लागत से (१००) रु. माहवार की आमदनी होना मुमकिन है। सावुन बनाने के लिये सबसे अधिक उपयोगी वनस्पति तेल नारियल और महुआ के होते हैं जो इस देश में बहुतायत से मिलते हैं। सावुन बनाने की रीति बिलकुल सहल है और थोड़े से काल में दो आसानी से सीखी जा सकती है। गृहस्थी के सावुन दो प्रकार की क्रियाओंसे बनाये जाते हैं। ठण्डी क्रिया और गरम क्रिया। ठण्डी क्रिया द्वारा सावुन बनाया ज्यादा आसानी होता है, परंतु यदि बराबर ध्यान न दिया जाय तो सावुन में अक्सर ज्यादा खार रह जाता है जो धोय जाने वाले कपड़ा का नुकसान पहुंचाता है। अच्छे सावुन की परख स्वाद लेकर की जा सकती है। यदि खाने पर रखनेमें वह तब और काटनेवाला हो तो उसमें

कास्टिक खरीदते वक़्त ध्यान रखना चाहिये कि वह बढ़िया किस्म का है या नहीं। हवा लगनेसे कास्टिक पानी सोख लेता है और खराब हो जाता है इस लिये उसे बंद बोतल या बर्तन में रखना चाहिये। इस्तेमाल करते समय उसे पानी में डालकर घोल तैयार करना पड़ता है घोल बनाने के लिये काफ़ी कास्टिक एक इनेमल चढ़े हुए लोहे के बर्तन में डालो और धीरे-धीरे पानी छोड़ते जाओ और एक लकड़ी की डंडी ( जो शोराम की हो तो अच्छा है ) से जल्दी-जल्दी चलाते जाओ फिर थोड़ासा घोल एक टेस्ट ट्यूब ( कांच की नली ) में डालकर उसमें “ व्योम - हाइड्रोमीटर नामक गाढ़ापन नापने का यंत्र छोड़ो। यह यंत्र उस घोल में तैरगा और कोई डिग्री बतलावेगा। यदि यह डिग्री २४ से ज्यादा हो तो घोल में थोड़ासा पानी और छोड़ो। यदि यह २० या २४ से कम हो तो घोल में थोड़ासा कास्टिक और मिलाओ जब तक कि घोल काफ़ी गाढ़ा न हो जाय। एक दफ़े गाढ़ापन का ठीक अंदाज़ हो जाने से फिर दुबारा यंत्र की जरूरत नहीं पड़ेगी। कास्टिक सोडा और कास्टिक पोटाश पर पर भी कपड़े धोनेवाले सोडा या सज़ी मिट्टी और कबूतरे के साथ पानी में मिलाकर खास रीति से उबालकर तैयार किये जा सकते हैं और उसकी रीति भी आसानी से सीखी जा सकती है। लायक विद्यार्थियों के शिक्षा का प्रवर्धन करने के लिये सरकार हमेशा तैयार रहती है। सरज़रखनेवाले विद्यार्थियों को अपने प्रांतके डाइरेक्टर आर इन्स्टीट्यूट से पत्र व्यवहार करना चाहिये।



सफेद जीरा	१५ छटाक
राई	॥ ”
पिसी हल्दी	१ तोला
नमक	१ पाव
और राई का तेल	२॥ मेर

मावधानी से आमों को चार चार फांकों में इस तरह काट कर रंगेलो छि वे जुदा न होने पावे । गुठली निकाल दो । ऊपर लिखे हुये मसालों को तेल में थोड़ा भूनकर पीसकर मिलाओ और इस मिश्रण को गुठली के स्थान में भरदो और फाकों को दबादो । यदि फाकें ज्यादा खुल गई हों तो धागे से कसदो । भरे हुये आमों को मट्टी या चीनी के बर्तन में एक दिन भर रखो और फिर उन सब पर राई का तेल छोड़ कर उन्हें करीब १५ दिन तक धूप दिलाओ ।

## (२) मसालेदार आम का नोनचा—

१०० अंधकसे आम लेंओ । उन्हें छीलओ और चार या छ टुकड़ों में काटकर गोहियां निकाल दो । फिर राई आधा पाव, सोंठ १ छटाक, मेथी आधा छटाक, अजवाइन १ छटाक, हॉग आधा तोला, फालामिच १ छटाक, पीपर १ छटाक, जायफल १ तोला, लालमिच आधा छटाक, लौंग २ तोले, बड़ी इलायची ४ तोले, सफेद जीरा १ छटाक, काला जीरा २ तोला, दालचीनी १ तोला, धनिया आधा पाव, मेथी नमक आधा पाव, नमक ३ छटाक और हल्दी १ छटाक लेओ । नमक छोड़कर बाकी सब मसालों को थोड़े घी में भूनो और नमक के साथ पीस लो । इस सब मसाले को आम के टुकड़ों में मिलाकर षष्ठे में रखकर और उसका मुँह कपड़े में अच्छी तरह बांध कर पंद्रह दिन तक धूप में रखो यह स्वादिष्ट और हाजिम होता है ।

सामान को पाम लो और पीसकर निचुथ्रा के अंदर भर दो। फाँकी को धांगसे कसेकर दो दिन धूपमें रखा। फिर और १५० निचुथ्रा को रस निचाड़कर घड़े में निचुथ्रा पर इस तरह छोड़ दो कि सब निचुथ्रा रस से ढँक जाय। एक हफ्ता धूप में रखा। निचुथ्रा के अचार तेल और शीरे में भी आमों की तरह बनाये जाते हैं।

(६) आमका मुरब्बा—

मुरब्बे के लिये कलमी आम या बरेश के आम अच्छे होते हैं—उन्हे किस्म के हरे बढिया आम—१ सेर, शकर दो सेर, चूना ३ तोला, नमक ३ तोला जमा करो, आमों को पीछ कर छील्लों और गुदे को थोड़ी थोड़ी तराश लो। तराशी हुई फाँकों को धांग की भीकमे गोद डालो। फिर चूने को पानी में घोलकर उस पानी में आमों को दो घंटे तक पड़ा रहने दो फिर निकालकर उन्हें माफ पानी में धोडालो और नमक में सीनकर एक धाल में ढांक कर दो घंटे रखा रहने दो। फिर गरम पानी में धोडालो और साफ पानी में डवालकर नरम करलो और पानी निधार डालो। बाद को शकर के पतले शीरे में छोड़कर पेकाओ। जब तक कि शीरा गाढ़ा न हो जाय, ठण्डा हो जाने पर घोल में भरलो। म्याद बढ़ाने के लिये आधा तोला छोटी इलायची, तीन मारो काली मिर्च, दो मारो फनर धाँड़े से दूध में घोट कर शीरे में ठण्डा होने तक छोड दो।

(७) मुरब्बे, सेब, गाजर, और आंवला के भी बनाये जाते हैं।

मुरब्बे बनाने में इमयात की मायधानी रखना चाहिये कि शीरा अच्छी तरह बनाया जाय और चारनों ठीक गाढ़पन की हो। शीरा बनाने के लिये ३ सेर शकर और २ सेर पानी लेओ। मरी

## परिच्छेद: ६२ .

### “ पापड़ ”

हिन्दुओं की घरों में पापड़ एक अति रुचिकर खाद्य पदार्थ होता है और शहरों में इसकी मांग अच्छी होती है। शहरों के नजदीक वाले गावों की बियाँ अपना कुनत का बहुत पापड़ बनाने में लगा सकती हैं। उनके बनाने की रीति सुप्रसिद्ध है। बहुधा वे उड़द और मूँग की दालों के बनाये जाते हैं और उनमें समाने पापड़ के सुनायिक छोड़े जाते हैं। चंदे तुम्हें नीचे दिये जाते हैं।

### (१) मूँग का पापड़—

मूँग की दाल पानी में फुलाओ और कई पानी में नीमकर फुटली (दिन्का) धो डालो। फिर पानकर बारीक पीठी बनाओ। फिर धीरे धीरे मक्खन में इतना बेसन मारो कि यह मज्ज हो जाये। बेसन भिनी हुई पीठी को दो नाल घटे तक गूँथो। अंडाड़ में ननक और खैरा मिलाओ। फिर लोइयाँ काटकर पतले पतले पापड़ बेतलो।

### (२) मूँग के पापड़—(नूतनी रीति)

ऊपर के समान फुटली (दिन्का) मारु कंगे और दाल सुन्ना कर बारीक पान लो। एक पाव आटे पीछे, एक तोला ननक एक तोला कानी निर्य, एक तोला अजवाइन और एक तोला मोड़ा मार मिलाओ। फिर थोड़े पानी में सानकर, मज्ज गूँथलो और पापड़ बेतलो।

## परिच्छेद ६३

### “ सिरका ”

सिरका

आजकल चटनियाँ और अचार बनाने के लिये और फलों और तरकारियों का अचार बनाने के लिये मिरके की मांग बहुत है। यह फलों के रसों से बनाया जा सकता है, जैसे गन्ने का रस, खजूर का रस, छींद का रस और संतरोँ का रस। बनाने की रीति सरल है और नीचे लिखे सुवाधिक है :-

मिट्टी के घड़े में १० मेर गन्ने का रस-लेओ और उसे ब्यालपर लाओ। जब उबान आजाय, आंच में उतार लो और ठंडा होने पर छान लो। मिट्टी के घड़े में भरकर उसका मुँह बंद कर दो और गर्दन तक जमान में गाड़ दो। इसे पंद्रह दिनों में रस के ऊपर पपड़ी पड़ जायेगी। पपड़ी को छांटलो और फिर मुँह बंद करदो। कुछ दिनों में दूसरी पपड़ी घन आयेगी। इसे भी छांट लो। जबतक पपड़ी बनना बंद न हो हमी रीति को दुहराते जाओ। फिर मिरके को छानलो और इसीमाल के लिये बोतलों में भरलो।

प्रसंगों में फंसे रहते हैं । यदि किसी गांव में इस किस्म के प्रश्न उपस्थित हों तो उन्हें अवश्य हल करना चाहिये । साथ ही साथ चंद और घातों नीचे बतलाई जाती हैं जो उसीही कार्यकर्ताओं के ध्यान देने योग्य हैं:—

( १ ) सामाजिक सवालों का मुलभाना:—

जैसे बालविवाह आदि गैर कानूनी सामाजिक अन्यों को रोकना और दख्खानों व दक़रियों के अवसरों पर फिबूल खर्च बन्द करना तथा खेवरों में अधिक रुपयों को गला देने की प्रथा को तोड़ना इत्यादि ।

( २ ) धर्मादा और खैराती संस्थाओं का प्रबंध करना:—

( ३ ) ग्राम पंचायतों का बनाना और उन्हें गांव के फायदे के लिये काम में लगाना ।

( ४ ) सड़कों और अमि जगहों पर किये हुए नाजायब कदमों को हटाना ।

( ५ ) विस्तृत खेतों की चकबंदी करना ।

( ६ ) नीचे लिखे अनुसार प्राथमिक शिक्षा की तरक्की करना:—

( अ ) हाजिरी बढ़ाकर ।

( ब ) शालाओं को कुशादा घनाकर ।

( स ) अनिवार्य शिक्षा को चालू करने में अधिकारियों को सहायता देकर ।

( ड ) शालाओं में खेल जानेवाले खेलों का संगठन करके ।

काम करनेवालों और सहयोग देनेवालों को भी ऊपर लिखे मुताबिक सच्चा दी जा सकती है और यदि कोई नाबालिग ऐसी शादी करे तो उसके माता-पिता या बली को भी उसी मुताबिक सच्चा दी जा सकती है। इस लिये यह समझ देना चाहिये कि १४ वर्ष से कम की कन्या या १८ वर्ष के कम वर का विवाह करना जुर्म है और पुरोहित बली और वातचीत-तै करनेवाले सब ही को सच्चा हो सकती है।

इस मद में दूसरी बात जिसको संकेत ऊपर किया गया, यह है तकरीबो के अवसर पर कम खर्च करना। इस संबंध में खास जरूरत इस बात की है कि जनता के विचार बदल जावें जिससे कि अगर कोई आदिमी किरायत से खर्च करे या बड़ा भोजन देवे या किसी सामाजिक मौके पर शान व शौकत में न पड़े तो उसे कंजूस समझकर जनता उसे नीचा नजर से न देखे। उन्हें यह यादतलाना चाहिये कि बंदप्पने अपनी नैसियत से बाहिर खर्च करने में नहीं होता बल्कि अच्छे कार्य करने से। एक कहावत है कि मूर्ख दावतें देते हैं और बुद्धिमान उनका समजा उठाते हैं। और भी सच कहा गया है कि बिगड़े हुए आदमी को शराबी उतनी नहीं सताती जितनी कि भूठी इज्जत कायम रखने के लिये दिखावा करने में पीड़ा होती है। ऐसे लोग अक्सर कर्ज लेकर भारी खर्च कर डालते हैं जिसकी चोट से उनका जीवन हमेशा के लिये दुःखमय हो जाता है।

[२] धर्मादा के प्रबंध और ज्ञान के नियमित करने के विषय में सह-वतला देना चाहिये कि साधुओं को खिलाने, तीर्थयात्रा करने, आदिर बनाने या अनियमित धर्मादा पर खर्च करने से सच्चा पुण्य

जाता है। इस कानून के अनुसार हर पुरत में खेतों की पट्टियां पड़ती जाती हैं यहां तक कि कुछ काल के बाद चक इतने छोटे हो जाते हैं कि उनकी अलग-अलग काश्त करने में कुछ मुनाफा नहीं होता, क्योंकि एक छोटे रकबे के लिये कीमती औजार-काम में लाना बेसूद होता है और उसमें मवेशियों के खाने के लिये घास, चारा, या कोई फसल बोने की गुंजाइश नहीं रहती। इन वृद्धियों को बंद करने का सिर्फ एक उपाय है और वह है चकबंदी।

[६] तालीम की तरकी के बारे में कृषिविषयक शाही कर्मशान ने अपनी रिपोर्ट में क्रमोपा है कि खेती ही एक ऐसा धंधा है जिसमें कृषक का भाग्य-उदय उसकी निजी काबलियत और बुद्धि पर अवलंबित होता है और जिसमें प्राथमिक शिक्षा सबसे अधिक लाभकारी होती है। इसकी वजह यह है कि और अन्य धंधों में काम काज करनेवालों का सारा जीवन उतना लाम नहीं होता जितना खेती में। इसलिये उन साहिबान की यह तफारिश है कि देहात में शिक्षा ऐसी दी जानी चाहिये कि जिसका लोगों के दैनिक जीवन से घनिष्ठ संबंध हो। क्योंकि जिस तालीम से किसानों के विचार उनके जीवन सम्बंधी बातों पर विशाल और विस्तृत होंगे उसीसे उनके धंधे को ठीक-तौर पर चलाने में मदद मिलेगी। ऐसी तालीम से वे सिर्फ अधिक धन ही पैदा न कर सकेंगे बल्कि अपनी पुरानी तेहजीब को परिपाटी को धरौ, सबदील किये उससे नये नये और ऊंचे दर्जे के आनन्द उठा सकेंगे। आजकल के शिक्षा विशारदों की भी यही राय है कि गावों में जो भी शिक्षण की योजना की जाय यदि वह मामिणों की आर्थिक आवश्यकताओं से मुख्य-सम्बंध नहीं रखती है तो वह अवश्य निरर्थक साबित होगी।

रहे कि अनिवार्य शिक्षा की योजनाओं के कामयाब होने के लिये यह लाजिम है कि स्थानीय संस्थाएँ उन योजनाओं को अमल में लाने के लिये माकूल उपनियम बनावें और कम्पलसरी एज्युकेशन एक्ट [ अनिवार्य शिक्षा के कानून ] के मुताबिक मुक़रर किये हुये हाजरी के अधिकारी वर्ग अपनी जिम्मेदारी पूरी तौर पर बतें और नियम भंग करने वालों का चालान करनेवाली मंजूरी देने में आगा पीछा न करें।

अद० ( ६ ) “ खेला के संगठण ” के धारे में यह बतलाना चाहिये कि ताक़तवर शरीर बनाने के लिये और उसे तन्दुरुस्त रखने के लिये माकूल कसरत की जरूरत होती है। कसरत न करने से मांस पेशियों तरक्की नहीं करती और नरम रह जाती है, होजमा बिगड़ जाता है और खून में बीमारियों के रोकेने की शक्ति कम हो जाती है। कसरत करते समय दिल तेजों के साथ धड़कने लगता है और सांस भी तेजों से चलती है जिससे प्राणवायु अधिक मात्रा में पहुंच कर खून को साफ कर शरीर के हर एक भाग में ज्यादा मिफदार में पहुंचाती है। शरीर स्वस्थ हुं। बिना इच्छा भी स्वस्थ नहीं हो सकता। अच्छी याददास्त रखने के लिये, मेहनत से पढ़ सकने और बुद्धि के विकास के लिये यह जरूरी है कि छात्रगण रोज कसरत करने का अभ्यास डालें। चुपचाप बैठकर कुछ देर तक सबक याद करने के बाद बच्चों की सांस कुछ धीमी हो जाती है और वे पूरी पूरी हवा नहीं खींच सकते। इसलिये कुछ घंटों की पढ़ाई के बाद बच्चों को थोड़ी छट्टी देना चाहिये जिससे वे बाहर ज़िक्र खेल सकें।

अद० ( ६ ) इनाम—योग्य बालकों को, इनाम बांटेने के लिये काफी रकम का इकट्ठा करना मुश्किल बात नहीं है। गांव के

लोगों के लिये वह वातावरण अनुकूल नहीं होता । देहाती घर में माता-पिता मामूली तौर से खुद अंपदी रहते हैं और अक्सर वे इतने गरीब होते हैं कि अपने बच्चों के लिये कितने और रोचक साहित्य नहीं खरीद सकते । इस लिये रात्रिशालाओं, पुस्तकालयों, स्त्री-कक्षाओं आदि को उत्तेजन देने का निरंतर प्रयत्न करना चाहिये ।

ऊपर के विवरण से जाहिर होगा कि उत्थान का काम करने वालों के लिये बहुत बड़ा मैदान खाली पड़ा है, और यह लाजमी नहीं है कि वे अपनी कार्यवाहियां ऊपर दी हुई बातों के अंदर ही परिमित रखें । कई और बातें ऐसी हैं जिनकी तरफ ध्यान दे सकते हैं । जैसे बच्चों को नागरिक शिक्षा देने में, देशभक्ति जगाने में, निःस्वार्थ सेवा की भावना पैदा करने में, और जनता की भलाई की जिम्मेदारी मित्थान में लगा सकते हैं । इस भाग में सांघे जनिक रोचक विषयों के कुछ परिच्छेद भी शामिल किये जायेंगे ।



सरकारी-रक्षा-बो-पैसे की-मदद-से-बंचित-रखना-ठीक-नहीं। इसलिये-जन-संधारण-की-शिक्षा-का-मुहकमा-खोला-गया-और-प्राथमिक-शालाएं-उसकी-प्रबंधता-में-लाई-गईं। लेकिन-फिर-भी-तालीम-के-फैलाव-का-वेग-बहुत-धीमा-रहा-और-शिक्षित-जनों-की-संख्या-इतनी-नहीं-बढ़ी, इसलिये, जब-समिति-के-नेताओं-ने-सरकार-पर-चोर-डाला-कि-वाह्य-शिक्षा-का-कानून-बनाया-जाय-जिससे-कि-शीघ्र-ही-सारी-जनता-शिक्षित-हो-जावे, सरकार-ने-जनता-की-मांग-को-कुबूल-किया-और-अब-वह-जिस-नीति-से-बढ़-है-उसका-घण्टन-भूतपूर्व-महाराजाधिराज-पंचमजार्ज-के-शब्दों-में-यों-है-“कि-देश-भर-में-शालाएं-व-कालेज-जगह-जगह-स्थापित-किये-जावें-ताकि-उन्से-निकल-कर-देशभक्त, साहसी-और-उपयोगी-नागरिक-पैदा-हों-जो-खेती-में, दस्तकारी-में-और-जीवन-के-दूसरे-धंधों-में-कुराल-हों, और-विदेशियों-से-मुकाबिलों-कर-सकें; साथ-ही-साथ-विद्या-के-प्रचार-से-बे-भारतीय-घरों-का-जीवन-अधिक-आलोकमय-बना-सकें, और-विद्या-अध्ययन-के-जितने-लाभ-हैं-वे-सब-जनता-को-पहुंचा-सकें।” इस-नीति-के-अनुसार-एक-नया-हुकम-जारी-किया-गया-कि-प्राथमिक-शिक्षा-की-उन्नति-डिस्ट्रिक्ट-बोर्ड-स्कूलों-के-द्वारा-की-जाय, लेकिन-जहाँ-बोर्ड-की-आर्थिक-दशा-खराब-हाने-के-कारण-स्कूलों-का-उचित-प्रबंध-न-हो-सके-वहाँ-एडेड-स्कूल-खोले-जावें-जिनके-खर्च-के-लिये-सरकार-कुछ-सहायता-दे। इस-प्रकार-अब-भिन्न-भिन्न-तरह-के-स्कूल-खुल-गये-हैं। और-सरकार-और-शिक्षा-विप्रेरंक्ष-लोग-ऐसी-शिक्षा-पद्धति-की-खोज-में-लगें-हुए-हैं-कि-जो-शिक्षा-के-जीवन-और-परिस्थितिके-अनुकूल-हो, परंतु-जबतक-ग्रामीण-लोग-खुद-दिलीम-सहयोग-देकर-स्कूलों-को-सफल-न-बनावेंगे, तबतक-अकेली-सरकार-कितनीही-प्रयत्न-क्यों-न-

को यह भी समझाना चाहिये कि गुरु उनके बच्चों के भाग्य का बहुत कुछ बनाने व बिगाड़नेवाला होता है। और उन्हें देखना चाहिये कि उसका व्यवहार सहृदय हो, और वह अपने शिष्यों के चरित्र संगठन और मनोबल से सभी दिलचस्पी लेता है या नहीं। उसे अपने हर एक शिष्य से जानी-पहिचान करना चाहिये और अपने सदाचार का आदर्श भी उनके सामने रखना चाहिये, क्योंकि बच्चों पर उनके गुरु का बहुत असर पड़ता है।

साथ ही साथ यह भी बूल जाना चाहिये कि शिक्षक भी एक गृहस्थ होता है, न कि संन्यासी। उसे भी जीविका पैदा करके अपने कुटुम्ब की परवरिश करना पड़ती है। यदि उसे अच्छी तर्जवाह न दी जावे या बक्तर न दी जावे, यदि उसके साथ बुरा व्यवहार किया जावे या उसे धार-बार तबादला करके सताया जावे या उसकी शक्तियाँ राजनैतिक या दूसरे अवाञ्छनीय कामों में लगाकर बाँट दी जावें तो यह उम्मीद नहीं की जा सकती कि वह अच्छी तरह अपनी कामें कर सकेगा। ग्रामीणों को चाहिये कि वे स्थानीय संस्थाओं में भेजे हुए अपने प्रतिनिधियों पर जोर डालें कि वे देखें कि शिक्षकों के साथ मनुष्यता का बर्ताव किया जावे या नहीं। यदि विद्यार्थियों के माता पिता और शिक्षकगण एक दूसरे की फिक्र करें तो निःसंदेह ग्रामीण शिक्षा का सुवाल हल हो जावेगा और जिस मतलब से ग्रामशालायें खोली गई हैं, वह हासिल हो जावेगा।



नोटिफाइड एरिया की कमेटी, डिस्ट्रिक्ट कौंसिल और स्वतंत्र लोकल बोर्ड इसी विशेष अभिप्राय के लिये तैयार होकर प्रस्ताव पास करके प्रांतीय सरकार को अर्जी देवे कि वह उनकी सरहद भर में या किसी हिस्से में सब या खास खास वर्गों पर या जातियों पर बाध्य शिक्षा का कानून लागू कर देवे । यदि प्रांतीय सरकार इस अर्जी को मंजूर कर लेवे तो मुकर्रर सरहद के अंदर रहनेवाले और मुकर्रर वर्गों या जातियोंवाले ऐसी उम्र के जो ६ वर्ष से कम न हों और १४ वर्ष से ज्यादा, हर एक बालक और बालिका के लिये प्राथमिक स्कूल में भर्ती होना अनिवार्य होगा और उसके मातापिता को फ़ैज होगा कि वे उसे स्कूल में हाजिर करावें । यदि कोई माता या पिता इस फ़ैज की अदाई नहीं करे तो मजिस्ट्रेट द्वारा दोषी ठहराये जाने पर जुर्माने की सजा का भागी होगा । पहिले-जुर्मे में दो रुपये तक और यदि कोई शख्स जानबूझकर अपने या दूसरे के बाले ऐसे बालक या बालिका को मोहिन्ताने पर या वगैर मोहिन्ताने के इस तौर पर काम में लगावे कि उसकी उचित प्राथमिक शिक्षा में बिग्न पड़े तो वह भी मजिस्ट्रेट द्वारा दोषी ठहराये जाने पर पच्चीस रुपये तक जुर्माने का भागी होगा । यह बात देखकर अफसोस होता है कि यद्यपि यह एक्ट बहुत समय से जारी है तो भी अभी तक उससे पुरा फ़ायदा नहीं उठाया गया और अभी तो बहुत से स्थानों में एक्ट लागू भी नहीं किया गया है ।

प्रामोत्थान के कार्य कर्ताओं को यह समझ लेना चाहिये कि देहाती हिस्सों की उन्नति बहुत कुछ उसी हद तक होगी जिस हद तक प्राथमिक शिक्षा हर घर में पहुँचाई जावेगी और जिस तरह गांव के स्कूल से फ़ायदा उठाया जावेगा । इस लिये उन्हें चाहिये कि वे अपने स्थान के नेताओं से आग्रह करें कि वे बाध्य प्राथमिक शिक्षाओं के फैलाने में ज्यादा दिलचस्पी लें और उसके कानून के अमल को अवसे ज्यादा प्रभावशाली बनावें ।

१ (२५) शिष्टतन्त्रानुसार अथवा अपनी मन्तान-की रुचि स्कूल छोड़ने के बाद भी पुस्तकों की ओर रख सकती है । जिससे कि स्कूल में हासिल की हुई विद्या व्यर्थ नहीं जाती ।

नई पुरी शालाएँ खोलने के विषय में दानवी प्रकृति कालों से प्रार्थना की जावे कि शुरु में प्राइवेट स्कूल खोलें और बाद में सर-कार से और डिस्ट्रिक्ट कौंसिल से आर्थिक सहायता की दरखान करे । सरकार से ग्रांट बहुधा तीन-तीन साल के लिये दिये जाते हैं जो स्कूल के सालाना खर्च के एक तिहाई भाग को पूरा करने के लिये काफी होते हैं । इसके अलावा पुत्रियों की शिक्षा की योजना देने के हेतु, कई प्रान्तों में विशेष ग्रांट देने के नियम बने हुये हैं, जिन को व्यापार इंस्पेक्टर और स्कूल को प्रो-पेजेंट दायित्व कर सकते हैं ।

श्री शिक्षा में गृह-कृत्य शास्त्र की शिक्षा की ओर विशेष ध्यान देना चाहिये । कन्या पाठशालाओं में इस विषय पर बहुधा ठीक-प्रमाण नहीं होता, इसलिये माताओं को चाहिए कि वे गृह प्रबंध की शिक्षा कन्याओं को समय मिलने पर देती रहे । देहातों में भी बहुनसी माताएँ पढ़ी लिखी नहीने पर गृह-प्रबंध में दक्ष होती हैं । अजकल मार्गद्वय शास्त्र पर गृहस्थी-मुस्तक भी मिलती हैं । पढ़े लिखे देहाती इन किताबों को बुलाकर गाँव की कन्याओं की शिक्षा का उचित प्रबंध कर सकते हैं । इस विषय का पाठ्यक्रम नीचे लिखे मुताबिक होना चाहिये:—

(१) गुड़ियों के खेल सिखाना और गुड़ियों का बनाना ।

( १४ ) भजन गाना और धार्मिक कथायें सीखना ।

( १५ ) चौक पूरना, पूजा की विधि जानना व वृत्त-उपवास के दिनों की विधि को जानना ।

( १६ ) घर सजाना ।

( १७ ) चित्र-कला और रंगीन काम सीखना ।

( १८ ) गाना, बजाना सीखना ।

( १९ ) चिट्ठी पत्री लिखना सीखना ।

( २० ) घरके आमदनी व खर्च का ठीक-ठीक हिसाब रखना ।

ऊपर का पाठ्यक्रम हर एक स्थिति के गृहस्थ को रायद लागू न हो, परन्तु इनमें से बहुत सी बातें ऐसी हैं जिनकी शिक्षा कन्याओं को आमतौर पर लाभदायक होनी चाहिये ।



## परिच्छेद ६८ गांव की स्कूल कमेटी

देहात के प्राथमिक स्कूल प्रायः डिस्ट्रिक्ट कौंसिलों के सर्वे से चलने हैं और ये कौन्सिलें समय-समय पर उनके इंतजाम और शासन के लिये अपनी मातेहती में स्कूल बोर्डों मुकर्रर किया करती हैं। इनके सदस्य कुछ तो डिस्ट्रिक्ट कौंसिल के मेम्बरों में से और कुछ बाहरी लोगों में से चुने जाते हैं। डिस्ट्रिक्ट कौंसिल की मातेहती में लोकल बोर्ड भी स्कूल कमेटियों मुकर्रर कर सकते हैं और ये स्कूल कमेटियां बोर्ड की निगरानी में स्कूलों का इंतजाम करती हैं। व्यवहार में लोकल बोर्ड, स्कूल कमेटियों के मेम्बर का चुनाव डिप्टी इंस्पेक्टर और स्कूल और तहसीलदार से सुलाह लेकर करते हैं। इन कमेटियों के कर्तव्य ये हैं:—

( १ ) कमसे कम महीने में एकबार इकट्ठे मिलकर स्कूल का मुलाहिजा करना और अपनी कारवाइ एक किताब में दर्ज करना। तनहा मुलाहिजे [ अकेले निरीक्षण ] यकायक करना चाहिये जिससे पता चले कि शिक्षक लोग अपना काम बख़्तर करते हैं या नहीं।

( २ ) हाजरी बराबर रखवाना, नियमों का पालन करवाना, फीस के छात्रों के मुताबिक फीस मुकर्रर करना और फीस वसूली से आई रकम के सर्व की जांच करना।

( ३ ) बेकायदा आजानवाला बातों को और जगह की तंगी वगैरह की रिपोर्ट लोकल बोर्ड के पास भेजना।

( ४ ) स्कूल के शिक्षकों को छोटी छोटी छुट्टियां देना ।

( ५ ) कटनी बरौह को बजह स्कूल कब बंद किया जाय इसकी सलाह देना ।

( ६ ) यह देखना कि स्कूल स्वच्छ रखा जाता है या नहीं । और शिष्यों को स्वच्छता सिखलाई जाती है या नहीं ।  
( ७ ) यह देखना कि स्वतः जाति और धर्म के शिष्यों के साथ एकसा, वर्ताव होता है या नहीं ।

— ( ८ ) यह देखना कि बच्चों की तन्दुरुस्ती पर ध्यान

— दिया जाता है और वे बराबर खेल कूद में भाग लेते हैं या नहीं ।

( ९ ) यह देखना कि पीने के पानी में कोई दोष न होने पावे ।

( १० ) हर तरह की तरकियों के निरन्तर सलाह देना ।

बढ़ि स्कूल कमेटी के सदस्य ऊपर बतलाये अनुसार अपना कर्तव्य पूरा करते रहें तो कोई बजह नहीं कि उनके स्कूलों के नतीजे अच्छे न निकलें । आजकल अक्सर मास्टर लोग खुद मुख्तार छोड़ दिये जाते हैं जिसका नतीजा यह होता है कि या तो वे अपना काम करने में ढीले या लापरवाह हो जाते हैं या अपना ध्यान ऐसी बातों में लगाने लगते हैं जिससे स्कूल की उन्नति का कोई संबंध नहीं रहता । गांवपालों को ध्यान रखना चाहिये कि मास्टर लोग जनता के मुलाजिम होते हैं और उनकी तनख्वाहें उन करों से दी जाती हैं जो जनता से वसूल होता है । इस लिये उनका फर्ज है कि वे इसकी देखरेख करें कि मास्टरों की लापरवाही या नालायकी से उनके बच्चों का वक्त नष्ट न होने पावे ।

## ( ३ ) खाने की तम्बाकू:—

ऊँचे दर्जे की तेज लाल-तम्बाकू को पत्ते आधा सेर लें।  
 उनको मसलकर नखें अलग कर दो और धूल छान दो। फिर पत्ती  
 को आधा पाव गुलाबजल में भिगाओ और धाया में सुखालो।  
 फिर केसर ४ रत्ती, जायफल और जावित्री तीन तीन माशा, इला-  
 यची, लौंग, गुलाब के फूल की पत्ती, पाँदरी छः छः माशे औरें मिल  
 सके तो कस्तूरी दो रत्ती लें और एक एक तोला बुझाया हुआ  
 चूना और कत्था और करीब २० पत्ते-पान भी लें। इन सबको  
 पीसकर चूरन बनालो और सबको आधा पाव गुलाबजल में  
 भिगाओ और उसमें तम्बाकू भी हाथों से मलकर धाया में सुखा  
 लो और डब्बे में बंद करके रख लो। ( १ )

( ४ ) बालों में डालने का तेल:—

अलिस-तिह्रीका या गरी का तेल: एक सेर लें और उसमें  
 नीचे दी हुई चीजें भिगाओ।

चंदन पूरा १ पाव

पाँदरी १ छटाक

कपूर १ छटाक

गुलाबकी पत्ती [परखी] १ छटाक

बंद बोतल या एल्यूमिनियम के बर्तन में रखकर १५ दिन  
 तक धूप में रखो या कपूर को छोड़कर यात्री चीजें दो दिन तक  
 पानी में भिगाकर उस पानी और कपूर को तेल में मिलाओ। इसे  
 एक बंद बर्तन में रखो और दफन पर गीली मिट्टी धोप दो। फिर बर्तन  
 को ६ घंटे धीमी आँच पर गरम करो। दूसरे दिन ठण्डा हो जाने पर  
 कलर्सन या स्याही सोखे कोंग्रेज से छान लो यदि तेल को रंगीन

बनाना हो तो थोड़ीसी पिसी हुई सुपारी की जड़ मिला दो । सब चीजें मिलाने के पेश्तर तेल को पिसे हुये कोयले से छान लेना बेहतर होगा । इससे उसकी घृ निकल जाती है और वाद को कीट भी नहीं जमती ।

### ( ५ ) बाल धोने का मसाला: —

कपूर एक तोला और चौकिया सोहागा २ तोला लेओ । दोनों को महीन चूर्ण कर तीन छटाक पानी में उवालो । ठण्डा होने पर इस पानी से बाल धोये । इसमें खुपमी रफा हो जाती है और बालों की जड़ें मजबूत हो जाती हैं ।

### ( ६ ) तांबूल बहार: —

छोटी इलायची के दाने, जायफल और मुलहटी छः छः माशे लेकर बारीक पीसकर कपड़छान कर लो और एक पाय इत्र की गाढ़ में मिलाकर खरल करो । यदि पठली हो तो थोड़ा अरारोट मिलाओ । इत्र की गाढ़ कभीज से आठ आना सेर के भाव से मंगाई जा सकती है ।

### ( ७ ) अंगूर:—

यह एक लाल पुरादा होता है जो होली के त्योहार पर बहुत इस्तैमाल किया जाता है । इसे बनाने के लिये थोड़ा लाल रंग पानी में घोल लो और एक सेर अरारोट में मिला दो । सूखने पर इस्तैमाल करो ।

### ( ८ ) सुराही:—

गांव के कुम्हार से कहो कि तैय्यार-की-हुई मिट्टी में एक सेर रेतीली मिट्टी या रेत और थोड़े पानी में घोला हुआ एक सेर नमक मिलावे । इस तरह तैय्यार की हुई मिट्टी से बनाई हुई सुराहियां गर्मी में पानी को खूब ठण्डा रखती हैं ।

## (९) मोम रोगनः—

बकरी की चर्बी	आध सेर
मधुमक्खी का मोम	१ पाव
कपूर	१ तोला
तारपीन का तेल	१ बोतल

पहिली तीन चीजों को धीमी आंच पर गरम करो । जब मिलकर एक दिल हो जायं, आंच से उतार लो और फिर तारपीन मिलाओ ।

## (१०) लकड़ी के सामान के लिये पालिशः—

एक बोतल मेथिलेटेड स्प्रिट में दो छटाक लाख छोड़ दो । बोतल में काग लगा कर दो घंटे तक धूप में रखो जिससे कि लाख घुल जाय । पालिश, चिन्ही में लगावो और बोतल को हरदोने हिलावो । यदि सामान को मेहगनी रंग देना हो तो पालिश में एक चमच किरमिजी मिट्टी या खूनखरावी मिला लेंओ ।



## परिच्छेद ७१

### “ परहेज़गारी ”

हिन्दी में एक गंवारी कहावत है कि “ कौड़ियां खर्च करके जूतियां खाना यह मज्रा शराबखोरी में देखा ”। इसमें शक नहीं कि शराब पीने से अक्सर दुराचार और भगड़े पैदा होते हैं, जिनके कारण ऐसी वेदव्यती होती है जो कभी कभी जूते खाने से भी बदतर होती है। कुछ साल पहिले फ्रांस के चंद नामी डाक्टरोंने यहां की अधिक मृत्युसंख्या के कारणों की खोज करते समय इस बात का पता पाया कि शराब खोरी उसका मुख्य कारण है अपनी रिपोर्ट में उन्होंने लिखा है कि “ शराब पीने की आदत से मनुष्य अपने स्वाभाविक स्नेह खो बैठता है और पुत्र, पति या पिता की हैसियत की ज़िम्मेदारियां भूल जाता है। इसके कारण मनुष्य अपने धन्य में अयोग्य हो जाता है। कई बड़ी बीमारियों का भी मुख्य कारण शराबखोरी ही है। ”

खोज करने से यह भी पता चला है कि बहुतसे मनुष्य, स्त्री संभोग के हेतु थोड़ी देर की उत्तेजना के लिये शराब पीते हैं। लेकिन सच बात तो यह है कि शराब के अंदर ऐसी कोई चीज़ नहीं है जिससे स्तम्भन शक्ति या सच्ची ताकत पैदा हो सके। शराब एक बहुत तेज चहर है जिसके पीने से शरीर जहरीला हो जाता है और बुद्धि पर भी बुरा असर होता है। इसमें शक नहीं, थोड़ीसी शराब पीने के बाद कुछ मिनटों तक अक्ल ज्यादा तेज मालूम पड़ती है और विचारधारा अधिक स्वतंत्रता से बढ़ती है, परंतु शराब का

मात्रा ज्यादा होने पर दिमाग बेहोश होने लगता है और कभी कभी तो उससे भला बुरा समझने की ताकत ही जाती रहती है।

शराब के व्यवहार में लोग अक्सर यह दलील पेश करते हैं कि यदि शराब चाफई खराब चीज़ हो तो हिंदुस्थान में आये हुए यूरोपियन लोगों पर जो करीब करीब रोज शराब पीते हैं कोई बुरा असर क्यों नहीं होता। लेकिन हम यह भूल जाते हैं कि ये लोग थण्डी आब-हवा के रहनेवाले हैं और उनकी फाठी हम लोगों की धनियत ज्यादा मज़बूत होती है और यह कि ये लोग शराब हिसाब से पीते हैं, पुष्ट भोजन करते हैं और मेहनत करते हैं फिर भी उन लोगों को शराब से नुक्सान पड़चता ही है हालांकि दूर से देखने वालों को उसका पता नहीं चलता। गरम देश में रहने वाले हिन्दुस्थानियों पर शराब का असर बहुतही खराब होता है। थोड़े ही काल सेवन के बाद उनकी पाचन शक्ति बिगड़ जाती है। उनका गुर्दा कमजोर हो जाता है, शरीर शिथिल हो जाता है, और मौत नज़दीक आ जाती है। सिर्फ शराब से ही ये सब बुरे नतीजे नहीं होते बल्कि हर एक नशा उतनाही मुज़िर व खराब होता है। अफीम से कब्जियत पैदा होती है और दिमाग और अंतर्द्वियों पर असर पड़ता है। चरस और गांजा से फेफड़े सूख जाते हैं और उनके अधिक इस्तेमाल से मनुष्य पागल हो जाता है। हिन्दुओं के पुराणों के अनुसार समुद्र के मंथन से जो शराब निकली वह राक्षसों के हिस्से में दी गई थी उसका असली मतलब यह है जो लोग जानबूझकर नशे से अपना नैतिक स्वभाव बिगाड़ते हैं वे राक्षसों की श्रेणी में हैं।

यदि लोग शराब पीने की आदत छोड़ दें तो उनको ही फायदा न होगा किन्तु जनता का रुग्ण जो फिलहाल आवकारी

मुहकमा कायम रखने में खर्च होता है बच जायेगा और उसका सदुपयोग हो सकेगा ।

शराब की आदत तोड़ने के लिये खास जरूरत यह है कि उसकी इच्छा को दमन करने का पक्का इरादा कर लिया जाय और नशा करनेवाले लोगों की संगत छोड़ दी जाय । घर के अंदर शराब न घुसने दे और प्रण करले कि शराब की दूकान पर कभी न जायेंगे । साथ ही साथ खुली हवा में रहने का अभ्यास करे और ईश्वर से प्रार्थना करे कि वह हमें इस बुरी चीज से बचनेका बल देवे । जो लोग सच्चे दिल से ईश्वर से मदद मांगते हैं उन्हें वह जरूर मदद देता है ।



## परिच्छेद ७२

“ गांवों में जानमाल की हिफाजत ”

इस परिच्छेद में कुछ युक्तियाँ बतलाई जावेंगी जिनके मुताबिक पुलिस को जरायम के पता लगाने और रोकने में मदद देकर जनता अपने जानमाल की रक्षा कर सकती है।

पहिली बात यह है कि जुर्म होने की रिपोर्ट पुलिस को फौरन की जाना चाहिये। जामा फौजदारी की दफा ४४ के मुताबिक जनता का फर्ज है कि वह सबसे नजदीक के मैजिस्ट्रेट या पुलिस अफसर को चढ़ जरायम के होने की या उनके करने के इरादे की इत्तला फौरन देवे। इन जरायम की परिभाषा नीचे लिखे मुताबिक है:—

मजमान-खिलाफ-कानून का भेम्बर होना, धत्ता करना, कत्ल, सरका-विलजत्र, डकैती, आग के जरिये नुकसान पहुंचाना, और रात को नक़बजनी करना। इसके अलावा उसी कानून की दफा ४५ के अनुसार हर गांव के मुखिया, पटेल, व मुक़दम पटवारी व कोटवार, ज़मीन के मालिक या किसान का फर्ज है कि वह नीचे लिखे बक़ूओं के बारे में कोई भी ख़बर जो मिले उसकी इत्तला फौरन पास के मैजिस्ट्रेट या थानेदार को देवे:—

[१] अपने गांव में किसी ऐसे शख्स का मुस्तक़िल या कायम मुकाम रहना जो चोरी का माल लेने व बेचने के लिये बदनफ़्त हो।

[ २ ] किसी ऐसे शख्स का गांव में किसी जगह जाना या गुजरना जिसे वह जानता है या शक करता है कि वह ठग, सरका-बिलजब्र करनेवाला, भागा हुआ कैदी या इस्तिहार शुदा करारी मुलजिम है ।

[ ३ ] अकस्मात्, अस्वाभाविक या मुतशक्की मौत ।

यदि जनता जानबूझकर ऐसी इत्तला न देवे तो इस बान पर ताजीरातर्दिद की १७६ और २०२ दफाओं के मुताबिक उसे सजा दी जा सकती है । यदि गांव के पुलिस पटेल या मुकद्दम को इत्तला दे दी जाय तो काफी है । वह उसे थाने तक पहुंचा देगा । यदि वह सौदागर हो तो फौरन खुद थाने में जाकर इत्तला देना चाहिये या चिट्ठी भेज देना चाहिये । रिपोर्ट में देरी होने की वजह तहकीकात बहुधा निरर्थक हो जाती है ।

जब पुलिस तुम्हारे गांव में किसी मामले में तहकीकात करने आवे तो उसे हर तरह से मदद देना चाहिये । यदि तुम चरमदीद गवाह हो तो जितना तुम्हें याद हो पूरा पूरा और सच्चा बयान करो । न तो भूली हुई बातों को कल्पना से पूरी करो और न तहकीकात करनेवाले अकसर को देखकर घबड़ाओ । ऐसा न करो कि अपनी समझ के मुताबिक सिर्फ जरूरी बातों का ही बयान दो, क्योंकि मुमकिन है कि तुम जिस बात को छोटी सी समझते हो वह असल में बड़ी जरूरी निकले । जरायम की तरकीब के निम्नत नीचे लिखी हुई बातों पर सौर करना चाहिये:—

जिस जगह जुर्म हुआ हो वहां देखो कि कोई पैर के निशान हैं या नहीं यदि हैं तो उन्हें आमपास चकर खोंचकर रक्षित रखा जिसमें याद में आने जाने वालों के निशानों के साथ गड़बड़ न

हो। निशान न बिगड़ें इस वास्ते उन्हें घमेलों से या टोकनियों से  
 टांक देना चाहिये। यदि मुजरिम कोई औजार, कपड़े, जूते घोंगरह  
 छोड़ गया हो तो उन्हें हिफाजत से रखो। वकूये की जगह के  
 दृश्य के रूप को बिलकुल न बदलना चाहिये, न किसी चीज को  
 \* उसकी जगह से हटाना चाहिये क्योंकि अक्सर उस चीज के बनि-  
 स्तवत उसका स्थान ज्यादा जरूरी होता है और किसी चीज को  
 जगह से हटा देने पर फिर ठीक उसी जगह उसी हालत में रखना  
 मुश्किल हो जाता है। जुर्म की तफ्तीश में उंगलियों के निशानों  
 का अक्सर बहुत बड़ा भाग हुआ करता है। इसलिये मुजरिम की  
 छूई हुई किसी चीज को बड़ी सावधानी से हाथ लगाना चाहिये  
 जिससे उसकी उंगलियों के निशानात बिगड़ने न पावें। यदि जुर्म  
 होने के पहिले कोई अजनबी शख्स, खासकर भित्ती, तुम्हारे घर  
 आया हो तो इसकी इत्तला दो। मुजरिम लोग अक्सर भित्तीयों के  
 वेप में आकर घर के अंदर बाहर का हाल देख जाते हैं और रात-  
 भर ठहरने की इजाजत लेकर अपने ऊपर दया करने वालों को लूट  
 लेते हैं। इस मतलब के लिये वे अपनी स्त्रियों में भी अक्सर काम  
 लेते हैं। यदि तुमसे पूछा जाय कि तुम किस पर शक करते हो  
 तो सिर्फ दुश्मनी के कारण किसी का नाम मत लो। जो माल रखा  
 गया हो उसकी जितनी पूरी फेहरिस्त बना सको जल्द बना लो और  
 हर चीज को सनाखन करने के जो जो निशानात हों उनका हवाला  
 दे दो। जिस तरह से जुर्म किया गया हो उसका पूरा पूरा हाल  
 बतलाओ। यदि गांव में या आसपास कोई अजनबी शख्स देखा  
 गया हो या गांव का ही कोई आदमी ज्यादा रात को फिरता हुआ  
 नजर आया हो या गांव के कोई बदमाश या जरायम पेशा क्रािम के  
 शख्स के यहां कोई दोस्त या रिश्तेदार मेहमानी करने आये हों तो

इन बातों की इत्तला दो । मुजरिमों को खोज निकालने के काम में पुलिस की मदद करो । पड़ोस में खोज करने के लिये टोलियां बनाओ । यदि तहकीकात के काम में आने लायक किसी बात का पता पुलिस के लौट जाने के बाद लगे तो उसकी इत्तला देने में मत हिचकिचाओ । पुलिस अफसरों को हुक्म है कि जनता से ली हुई मदद के लिये वे खुलेहाथों इनाम देंगे ।

जन साधारण को यह बात नहीं मालूम है कि किसी मुजरिम से अपनी या अपने माल की रक्षा करते समय यदि मुजरिम को चोट पहुंचाई जाय तो उसके लिये कानून उसे माफी देता है । ताजीरात हिंद की दफा ६७ कहती है कि हर शाख को नीचे दिये हुये अधिकार हैं :—

[ १ ] इन्सान के जिस्म पर होने वाले जुर्मों से अपना जिस्म या किसी और का जिस्म बचाना ।

[ २ ] चोरी, सरकाबिलजत्र, बदमाशी या बेजा मदाखलत की परिभाषा में आनेवाले कोई जुर्म की कोशिश से अपनी या और की कोई भी मनकूला और और मनकूला जायदाद को बचाना । मगर दफा ६६ ताजीरात हिंद कहती है कि अगर हाकिमों से मदद लेने का मौका मौजूद हो तो चोट पहुंचाकर रक्षा करने का अधिकार अपने हाथ में नहीं लेना चाहिये और हर हालत में उतनी ही चोट पहुंचाने का अधिकार होता है जितनी कि बचाव के लिये निहायत जरूरी हो ।

ज़ाना मौजदारी की दफा ५६ जनता को गिरफ्तारी की ताकत देती है । वह कहती है कि कोई भी औरसरकारी शाख किसी

भी ऐसे शख्स को गिरफ्तार कर सकता है जिसने उसकी राय में कोई भी बेज्जमानती और दस्तनदाजी पुलिसवाला जुर्म जैसे कत्ल या कत्ल की कोशिश, चोरी, सरकाविलजब्र, डकैती, नक़्क़ावज़नी या चोरी वगैरह करने के इरादे से मकान में बेजा मदाखलत किया हो। या जो इश्तिहादी मुजरिम हो। गिरफ्तार किये हुये शख्स को फ़ौरन पुलिस अफसर के हवाले कर देना चाहिये या पास के थाने में ले जाना चाहिये।

ऊपर बतलाई हुई दफायेँ जनता को खुद के बचाव के लिये व मुजरिमों के गिरफ्तार करने के लिये बहुत काफ़ी अख़्तियार देती हैं। जनता को याद रखना चाहिये कि देखने हुये जुर्म का होने देना या मुलायिम को न पकड़ना युज़्जदिली बतलाता है। उन्हें चाहिये कि ऊपर बतलाये हुये अधिकारों को खुद पूरी तौर से धरें। यदि मुजरिमों को मालूम हो गया कि फ़ला गांववाले अपने जिस्म व माल की निहट होकर दिफ्फ़ाबत करते हैं तो वे उस गांव से दूर ही रहेंगे क्योंकि “टेढ़ जान शंका सब काहू”। यह भी याद रखो कि यदि तुम्हें किसी जुर्म करनेवाले को चोट पहुंचानी पड़ी हो तो सच्चा सच्चा इल पुलिस को बतला दो जिससे उन्हें मुल जिम को खोजने में मदद मिले।

ऊपर बतलाई हुई युक्तियां मुजरिम को पकड़ने के लिये लाभकारी हैं, परंतु जनता पुलिस का जुर्म के रोकने में भी बहुत मदद कर सकती है। यह सब कोई जानते हैं कि इलाज से एह-तियात बेहतर होती है इसलिये उन्हें चाहिये कि वे:—

- ( १ ) पुलिस को गांव में गश्त करने में मदद दें और जब पुलिस न मिले तो खुद ही इसका इंतजाम करें।

- ( २ ) गांव से बदमाशों की इजाजत लेकर या बिला इजाजत गैरहाजिरी होने की रिपोर्ट करें । इसी तरह गांव के मुतशुमा या जाने हुये बदमाशों का खासकर जरायम पेशावाली जातियों के गिरोहों का आन और गांव के बदमाशों और चोरी का माल लेनेवालों के यहां रिश्तेदारों और अजनबी आदमियों के आने की फौरन पुलिस को इत्तला करें ।
- ( ३ ) गांव के मुजरिमों पर निगरानी रखें और उन्हें काम देकर सुधारने की कोशिश करें । कई जगहों में मुजरिमों को सुधारने का मौका ही नहीं मिलता याने कोई उन्हें काम नहीं देता जिससे उन्हें मजबूरन फिर जुर्म करके जीना पड़ता है ।
- ( ४ ) मुजरिम के जुर्म करने के इरादे या तैयारी की बात पर पुलिस को इत्तला दें ।
- ( ५ ) पुलिस को ऐसे शरूश के बारे में इत्तला दें जिसके रोखी का कोई ज़ाहिरा खरिया न हो या जो लूटने नक़बख़नी करने, चोरी करने या चोरी का माल लेने काआदी होने के लिये बदनाम हो, जिससे कि पुलिस उनपर अमानत की कार्रवाई कर सके ।

यह याद रखना चाहिये कि पुलिस की सहाय्य महदूद होती है और हर जगह उसका मौजूद रहना गैरमुमकिन है । इसलिये पुलिस को हर तरह से मदद देना लोगों के फायदे की ही बात है । जनता के प्रति पुलिस का क्या कर्तव्य होना चाहिये इसके बारे में सरकार की नीति यह

रही है कि पुलिस का काम जनता की सहमति से होवे, कि अमनचैन रखने और जुर्म को दधाने के कार्य में जनता का सहारा लिया जावे, कि जनता पुलिस को अपना मित्र समझे न कि शत्रु। यदि जनता ऊपर बतलाये हुये तरीके के मुआफिक पुलिस के साथ सहयोग करे तो जुर्म और मुजरिमों के सम्हालने के कार्य में बहुत बड़ी तरकी हो जावेगी। आजकल पुलिस को अच्छी तरह समझाया जा रहा है कि वह जनता की नौकर है न कि मालिक, लोकल नौकर से ठीक तौर पर काम लेने में भी सावधानी की जरूरत होती है।



## परिच्छेद ७३

“ आय कर ( इनकम् टैक्स ) ”

“ आय कर ” के नाम से ही विदित है कि यह आमदनी पर का टैक्स है । सन १९२२ के इनकम् टैक्स एक्ट में आमदनी शब्द की परिभाषा नहीं दी गई है । यद्यपि उसमें यह बतलाया है कि किम किस किमों की आमदनी पर टैक्स लिया जा सकता है और किमपर नहीं । मोटे तौर पर यह टैक्स ६ तरह की आमदनी पर लगाया जा सकता है :—

(१) वेतन [तनज़ाह] (२) सेक्योरिटी का ब्याज (३) जायदाद याने इमारतें व ज़मीन जिसका कि टैक्स देने वाला मालिक है परंतु जिसको वह अपने व्यवसाय के काम में नहीं लाता । (४) रोज़गार (५) किसी पेशे में आमदनी और (६) दीगर खरिचे । इस एक्ट के अनुसार निम्न लिखित आमदनियों पर टैक्स नहीं लगता (१) खैराती व धार्मिक संस्थाओं की आमदनी (२) स्थानीय संस्थाओं मसलन म्युनिसिपैल्टी व डिस्ट्रिक्ट कौंसिल की आमदनी (३) प्राविडेंट फंड के लिये जो सेक्युरिटीज खरीदी गई हों उनका ब्याज (४) बीमा से प्राप्त मुरतल रकम (५) बेची हुई पेनशनों से प्राप्त रकम तथा प्राविडेंट फंड की एकात्रित रकम (६) ऐसी अचानक आमदनी जो अपने पेशे या रोज़गार से न प्राप्त हुई हो जैसे लाटरी की आय (७) कृषिआय (८) अपनी नौकरी की दौरान में जो खास रकम बतौर भत्ते के विशेष खर्च की पूर्ति के लिये मिली हो ।

यह टैक्स प्रत्येक वर्षगत अप्रैल से मार्च तक की आमदनी पर लिया जाता है या उस वर्षकी आमदनी पर जो कि गत आर्थिक वर्ष के अंदर किसी तारीख को समाप्त हुआ हो (जैसे कि दिवाली) और जिसका बराबर हिसाब रखा हो।

टैक्स देनेवाला वह व्यक्ति है जो कि कानून के मुताबिक टैक्स का देनदार हो।

मसलन:-

( १ ) हर एक कमाऊ आदमी।

( २ ) हिंदू शामिलशरीक खानदान।

( ३ ) रजिस्ट्री शुदा या गैर रजिस्ट्री शुदा फर्म या दुकान।

( ४ ) कंपनियाँ।

शामिल शारीक हिन्दू परिवार के किसी व्यक्ति पर टैक्स लगाते समय उसके शामिल परिवार के आय के हिस्से पर खयाल नहीं किया जाता।

उदाहरण तौर पर यदि सामूहिक परिवार का कोई व्यक्ति चक्रील हो तो उससे केवल निजी आमदनी पर व्यक्ति की हेसियत से टैक्स लिया जावेगा और उसके सामूहिक परिवार की आमदनी पर अलग टैक्स लगेगा।

सन १९२२ का इनकम टैक्स एक्ट सिर्फ टैक्स के आधार, टैक्स लगाने की रीति तथा साधन का वर्णन करता है। और कितनी रकम पर किस हिसाब से कितना टैक्स लगाया जाय यह निश्चित अकार से नहीं बतलाता। यह तकसील फाइनेन्स एक्ट द्वारा हर-

साल निश्चित की जाती है जो कि अखिल भारतीय कौंसिल में प्रतिवर्ष पास किया जाता है। इनकमटैक्स प्रत्येक वर्ष सरकार की शान्त आवश्यकताओं के अनुसार बदलते रहते हैं।

यह टैक्स घबरा [ याने आमदनी से खर्च निकालकर ] पर नहीं लगाया जाता परंतु इनकमटैक्स देनेवालों के सालाना मुनाफे व लाभ पर। इनकमटैक्स कानून यह नहीं बतलाता कि लोग किस प्रकारसे अपने मुनाफों का हिसाब रखें। इस लिये यह जरूरी है कि हिसाब तफ्तीलवार रखा जावे जिसमे इनकमटैक्स देनेवाले की आमदनी का व्यौरा साफ साफ मालूम हो जाय, और वही तरीका हरमाल कायम रखना चाहिये। यदि हिसाब ठीक प्रकार से न रखा गया तो इनकम टैक्स अफसरों को पूर्ण स्वतंत्रता है कि वे जिस प्रकार से अच्छा समझें उसी प्रकार से उनकी आमदनी का हिसाब लगावें और अक्सर ऐसा होता है कि असली मुनाफे में अधिक आमदनी पर टैक्स लगा दिया जाता है। इस लिये यह आवश्यक है कि आमदनी खर्च के हिसाब में गलती या गफलत न हो।

एक्ट के अनुसार यह लाजमी नहीं है कि टैक्स देनेवाला खुद दफ्तर में हाजिर हो। उसे पूर्ण असल्यार है कि वह एक्ट की रूसे चलाई हुई किसी कार्रवाई में अपने तरफ से कोई प्रतिनिधि भेजे। कोई भी आदमी जिसको कि वह अपनी ओर से तहरीरी अख्तियार देवे उसका प्रतिनिधि हो सकता है। परंतु एक्ट द्वारा आजापिन जिन नक्शों और हलफनामों को टैक्स देनेवाला भेजे उनपर उसके स्वयं हस्ताक्षर होना चाहिये।

यदि तेहजीफात के बाद किसी इनकमटैक्स अफसर ने कोई टैक्स निश्चित किया तो उसे मुश्किल समय के अंदर दे देना चाहिये,

वरना इनकमटैक्स देनेवाले को जुर्माना के बतौर अधिक रकम देनी पड़ती है। यह अधिक रकम निश्चित टैक्स की वरायती तक हो सकती है। इस लिये जो टैक्स लगाया जाय वह मंजूर न हो तो रुपया वक्त पर जमा करके अधिक टैक्स के विरुद्ध अपील करना चाहिये।

यह अपील इनकमटैक्स अदा करने के नोटिस मिलने के ३० दिन के अंदर असिस्टेंट कमिशनर के इजलास में करना चाहिये। अपील एक निश्चित फार्म के ऊपर होती है और इनकमटैक्स के नोटिस की मांग को अपील के साथ नथी कर देना चाहिये।

सब इनकमटैक्स अफसरों का हिदायत दी गई है कि वे अपील की दरखास्तें लेकर असिस्टेंट कमिशनर के पास भेज दें। एक्ट के ३० वीं दफ्ता के अनुसार असिस्टेंट कमिशनर के विरुद्ध अपील चंद हालतों में कमिशनर ऑफ इनकमटैक्स के यहां हो सकती है।

उन आदमियों को जिनकी आमदनी ३०,०००) रु. सालाना से अधिक है सुपरटैक्स भी देना पड़ता है जो कि इनकम टैक्स के अलावा होता है।

